



## AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA EM ATLETAS DE VOLEIBOL

ALMEIDA, Tais da Silva<sup>1</sup>; NICOLI, Raiça Schimidt<sup>1</sup>; RAMOS, Jhon Lucas<sup>1</sup>;  
TRAUTMANN, Eduardo e Silva<sup>1</sup>; KRUG, Marilia Rosso<sup>2</sup>

### INTRODUÇÃO

O voleibol foi criado no ano de 1895 pelo norte-americano William George Morgan, diretor de atividades físicas da ACM Associação Cristã de Moços, na cidade de Holyoke, em Massachusetts, nos Estados Unidos da América do Norte. O nome original do novo esporte era minonette. Nessa época, o esporte em moda era o basquetebol, que tinha sido instituído apenas, há três anos, sendo muito enérgico e cansativo para homens de idade. Por sugestão do pastor, Lawrence Rinder, Morgan idealizou um jogo, menos fatigante que o basquetebol, para os associados, mais velhos, da ACM, e colocou uma rede, semelhante à de tênis, a uma altura de 1,98m, sobre a qual, uma câmara de bola de basquetebol era batida, surgindo assim, o esporte que seria mais tarde denominado voleibol (BIZZOCCHI, p.18, 2000).

O voleibol é um esporte que alterna atividade aeróbica e anaeróbica, requerendo desempenho físico com força muscular e boa capacidade de energia. O atleta tem que possuir flexibilidade, força, potência, agilidade e condicionamento aeróbio para a realização do esporte.

Dentro do processo evolutivo, as ciências dos esportes tornaram-se indispensáveis às modalidades esportivas de rendimento, propiciando uma grande evolução tecnológica e científica que possibilita a busca de melhores condições de treinamento devido às constantes pesquisas realizadas. O voleibol nesse contexto foi a modalidade que mais modificou suas regras nos últimos anos em busca de um melhor rendimento. No Brasil esse esporte tem evoluído de forma grandiosa, tornando-se uma escola no cenário esportivo mundial, onde as equipes brasileiras têm obtido grande destaque em todas as categorias, sendo hoje um recordista de títulos internacionais (MEDINA E FERNANDES FILHO, 2002).

Medina e Fernandes Filho (2002), enfatizam, ainda, a grande importância de se conhecer profundamente as particularidades dessa modalidade em seus vários aspectos, onde características como as antropométricas, fisiológicas e neuromusculares dos atletas de alto nível podem servir como excelentes parâmetros para seleção e comparação de atletas, permitindo assim que, a partir de um conjunto de características, possa ser construído um

---

<sup>1</sup> Acadêmicos do curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – RS – UNICRUZ – jhonluks01@hotmail.com

<sup>2</sup> Professora do Curso de Educação Física da UNICRUZ – mkrug@unicruz.edu.br



perfil, ideia essa corroborada pelos estudos de Fernandes Filho (1997) que contempla a grande necessidade e as facilidades da construção desse perfil em cada modalidade em específico, podendo ser um grande diferencial no sucesso ou fracasso da estratégia de treinamento a ser utilizada.

Este tópico é extremamente importante, pois habitualmente observa-se erros graves quanto a sua interpretação, como por exemplo, o estabelecimento correto da “faixa” ideal para cada população específica, ou o uso de tabelas inadequadas para uma determinada população (ACSM, 1999).

Desta forma justifica-se este estudo que teve como analisar as variáveis antropométricas nos atletas de voleibol da Associação Atlética Banco do Brasil e Universidade de Cruz Alta – RS- AABB/UNICRUZ.

## METODOLOGIA

Participaram desde estudos sete atletas de voleibol da AABB/UNICRUZ, com idade média de  $28 \pm 6,81$  anos.

A composição corporal foi avaliada a partir do índice de massa corporal, percentual de gordura (%G), relação cintura quadril e massa muscular. A classificação do IMC utilizou a tabela proposta pela organização mundial da saúde (BRASIL, 1997). Para determinação do %G utilizou-se a equação proposta por Jackson e Pollock (1978) e a massa muscular foi obtida pela decomposição do peso corporal equação proposta por Drink e Ross (1987) e a classificação da RCQ por Applied Body Composition Assessment (1996).

Os dados foram analisados através da estatística descritiva, médio e desvio padrão, frequência simples e percentual.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

Tabela 1 - Resultados médios e desvio padrão das variáveis IMC, PG, RCQ e MM.

Variáveis	Média	Desvio Padrão
IMC	23,31	1,83
% Gordura	11,08	4,45
Relação Cintura Quadril	0,87	0,03
Massa Muscular	36,39	4,13



Tabela 2 – Dados de frequência percentual da classificação das variáveis estudadas.

Variável	Ideal	Abaixo do Ideal
IMC	84%	16%
% Gordura	100%	--
Relação Cintura Quadril	100%	--
Massa Muscular	14%	86%

Se tomarmos como base o perfil dos atletas cujas características apresentam-se no citado estudo (tab 1 e 2), podemos verificar que, quanto às características antropométricas de IMC, a maioria dos jogadores do presente estudo apresentam-se dentro do considerado ideal de acordo com a Organização Mundial de Saúde (1995), citada por Fernandes Filho (2003).

As demais variáveis antropométricas % Gordura e RCQ também encontram-se ideal de acordo com a classificação proposta por Jackson e Pollock (1978). Já a variável antropométrica massa muscular com classificação sugerida por Ross (1987), encontram-se abaixo do ideal.

## CONCLUSÃO

Com base nos dados encontrados no presente resumo, pode-se concluir que quanto à variável %G e RCQ, não há diferença significativa. Quanto às demais variáveis antropométricas IMC e MM encontram – se abaixo do nível ideal. Desta forma recomenda – se a realização de musculação, no mínimo 3 vezes por semana com altas cargas e poucas repetições visando hipertrofia.

## REFERENCIAS

FERNANDES FILHO, J. Impressões Dermatoglíficas - Marcas genéticas na seleção dos tipos de esporte e lutas (a exemplo de desportista do Brasil). Tese de Doutorado. Moscou. URSS, 1997.

FERREIRA A. D. Movimentum - Revista Digital de Educação Física - Ipatinga: Unileste-MG - V.1 - N.1 – Ago/Dez. 2006. Identificação e comparação do perfil de aptidão Física em atletas de voleibol por posição de jogo, Disponível em:



<[http://www.unilestemg.br/movimentum/Artigos\\_V1N1\\_em\\_pdf/movimentum\\_ferreira\\_abilio.pdf](http://www.unilestemg.br/movimentum/Artigos_V1N1_em_pdf/movimentum_ferreira_abilio.pdf)> Acesso em: 24 de setembro de 2012

JACKSON, A.S, POLLOCK, M.L. Generalized equations for predicting body density of men.1978;40:497-504.

MARINS, J. C. B, Interpretação de dados antropométricos; Disponível em: <<http://avaliacaofisica.org/?p=69>>. Acesso em: 24 de setembro de 2012, 21:56

MEDINA, M.F, FERNANDES FILHO ,J. Identificação dos perfis genético e somatotípico que caracterizam atletas de voleibol masculino adulto de alto rendimento no Brasil. Revista Fitness & Performance Journal. Vol 1. n. 4. Rio de Janeiro: COBRASE, 2002.

ROCHA, P.E.C. Medidas e avaliações em ciências do esporte Ed. Sprint. Rio de Janeiro, 1995.

Vôlei federação mineira, Disponível em <<http://fmvolei.org.br/publico/historia-do-volei>> Acesso em 24 de setembro de 2012, 21:59