



## Resumo

### **Capacidade cardiopulmonar em esforço similar entre jogadores de diferentes posições da seleção brasileira militar de futebol: perfil da equipe no início da temporada**

André Helou Bsci, Miriam Raquel Mainenti PhD

**Introdução:** A evolução do futebol tem exigido cada vez mais uma melhor preparação física, psicológica e técnica dos atletas. Devido a esse fato, fisiologistas e pesquisadores têm analisado o consumo máximo de oxigênio ( $VO_2$  máx) de atletas como uma maneira de se determinar o nível de preparo físico de cada jogador.

**Objetivo:** Realizar uma avaliação da capacidade cardiopulmonar em esforço dos jogadores da Seleção Brasileira Militar de Futebol, comparando os resultados obtidos entre as diferentes posições da equipe.

**Métodos:** Os participantes foram submetidos a um teste de esforço cardiopulmonar com um protocolo de rampa. Após um aquecimento de 3 minutos (8,0 km/h), foram implementados incrementos de 0,4 km/h a cada 30 segundos, de forma que a duração do teste ficasse entre 8 e 12 minutos. As seguintes variáveis foram analisadas no limiar anaeróbico e no pico do esforço: velocidade máxima, frequência cardíaca, ventilação minuto,  $VO_2$  e frequência cardíaca de reserva. A comparação entre as posições foi feita através da análise de variância (ANOVA) *One-way* ( $p < 0,05$ ).

**Resultados:** Foram avaliados 28 atletas sendo: cinco zagueiros, cinco laterais, cinco volantes, seis meio-campistas e sete atacantes, com idades entre 19 e 40 anos. Não foram identificadas diferenças estatisticamente significativas entre os grupos para as variáveis cardiopulmonares analisadas. Por exemplo, para o consumo de oxigênio máximo ( $VO_2$  máx).

**Conclusão:** Foi possível observar que, na avaliação realizada no início da temporada, os atletas não apresentaram diferença em relação à capacidade cardiopulmonar máxima e de limiar anaeróbico ao comparar as posições dos jogadores analisados.

**Palavras-chave:** consumo de oxigênio; esforço físico; frequência cardíaca.