



Revista de Educação Física

Journal of Physical Education

Home page: www.revistadeeducacaofisica.com



Resumo

Correlação entre os testes de dinamometria de preensão manual, escapular e lombar com o desempenho no Special Judo Fitness Test

Lucas Rodrigues Camposo Bsci, Rafael Pereira BSci

Introdução: Com finalidade de descobrir se é possível reconhecer melhores índices de eficiência em lutas ou em simulações de lutas (SJFT) devido aos resultados presentes nos testes de forças.

Objetivo: Verificar se existe correlação entre o *Special Judo Fitness Test* (SJFT) e a força de preensão manual, e as de tração escapular e lombar.

Métodos: Foram avaliados 30 atletas da equipe de judô do Centro de Instrução Almirante Alexandrino da Marinha do Brasil com idade média de 25,8 anos e amplitude de 21 a 30 anos. Os testes de dinamometria foram aferidos por um dinamômetro eletrônico de força com cabo de dois metros flexível, blindado e com um sistema de aquisição de dados que permite a leitura deste equipamento até 200kgf. A análise estatística foi realizada pelo teste de Pearson.

Resultados: Os resultados demonstraram que há correlação significativa entre o SJFT e a força de preensão manual ($r = -0,646$), entre o SJFT e a força de preensão escapular ($r = -0,501$) e entre o SJFT e a força de preensão lombar ($r = -0,690$).

Conclusão: O SJFT pode ser um possível indicador da eficiência e da eficácia dos judocas em combates. Também foi concluído que pode ser necessário haver, durante os treinamentos, um fortalecimento muscular e ósseo que influencie na força de preensão manual, e nas de tração escapular e lombar, com a finalidade de melhorar a execução de movimentos básicos que podem ocorrer durante um combate, como a pegada no *kimono* do adversário, o desequilíbrio, o arremesso, as imobilizações e as diversas torções de membros válidas no esporte.

Palavras-chave: luta; arte marcial; teste.