

AValiação DO BIOTIPO CORPORAL DE ATLETAS AMADORES DE UMA EQUIPE DE RUGBY DE CAXIAS DO SUL

Ana Luísa Maurina^a, Nicole Laim^a, Joana Zanotti^a, Ana Lúcia Hoefel^{a*}

a) FSG Centro Universitário

*Autor correspondente (Orientador)

Ana Lúcia Hoefel, endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366 -
Caxias do Sul - RS - CEP: 95020-472

Palavras-chave:

Rugby. Nutrição esportiva. Biotipo.
Composição corporal.

INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA: O desempenho em esportes coletivos é tradicionalmente vinculado às habilidades físicas e habilidades técnicas dos jogadores (RAKOVIĆ, 2015). Fracasso ou sucesso esportivo são produtos de um conjunto de fatores que incluem entre outros a dieta, genética, habilidades e capacidades físicas, além das características morfofisiológicas dos atletas. São inegáveis os efeitos que esses fatores exercem sobre os resultados esportivos, porém a relevância de cada uma dessas variáveis no desempenho atlético se altera ganhando mais ou menos significado dependendo do esporte. O conjunto de características morfológicas ou o tipo físico é considerado como um dos principais requisitos determinantes para se atingirem valores superiores de desempenho atlético (GORLA et al., 2017). O somatotipo é um indicador da forma, estrutura e composição do corpo humano. Essa técnica se constitui em um recurso útil para a análise das modificações na forma e estrutura corporal em função do treinamento ou pela própria exigência física da atividade em questão (DUNCAN; WOODFIELD; AL-NAKEEB, 2006; GIANNOPOULOS et al., 2017). O *rugby* originou-se em torno do ano de 1823 na Inglaterra. (GABBETT, 2002, 2005). Chegou ao Brasil no século XIX e, na atualidade tem ganhado grande popularidade. Em uma partida de *rugby*, um jogador pode estar envolvido tanto no ataque quanto na defesa, mas, dois principais grupos distinguem os jogadores: *forwards* e *backwards*. Os *forwards* necessitam de potência física, maior força e massa muscular,

por causa de suas constantes participações no início da disputa pela bola e pelo maior impacto físico. Já os *backs* necessitam de maior velocidade e agilidade, possuindo um menor percentual de gordura corporal facilitando sua mais rápida mobilização na articulação de movimentos. Sendo assim, a composição corporal tem suma importância e pode ser diferente dependendo da posição do jogador, o objetivo deste trabalho foi avaliar a composição corporal dos jogadores com relação ao biótipo e relacionar à sua posição no jogo (BIESEK, SIMONE, ALVES, LETÍCIA AZEN; GUERRA, 2015).

MATERIAL E MÉTODOS: Este trabalho foi realizado utilizando-se dados coletados nas consultas de acompanhamento nutricional dos jogadores de um time de *rugby* da cidade de Caxias do Sul, os quais são acompanhados pela bolsista do projeto de extensão Nutrir com Saúde, Nutrição Esportiva, do Curso de Nutrição do Centro Universitário da Serra Gaúcha. Analisou-se o biótipo dos 16 jogadores titulares do time. O biótipo foi calculado utilizando-se metodologia proposta por Carter (CARTER, 1970; HEATH; CARTER, 1966, 1967) a qual utiliza a massa corporal total, estatura, diâmetros do úmero, do fêmur, do braço e da perna bem como as dobras cutâneas tricipital, subescapular, suprailíaca e da coxa. Estas medidas foram coletadas das anamneses dos jogadores realizadas durante as consultas. Para a obtenção do peso e da estatura utilizou-se uma balança Toledo com capacidade até 160 kg e 2,2 metros. A avaliação das dobras foi feita utilizando-se um adipômetro da marca Cescorf® e foi seguido protocolo *International Standards for Anthropometric Assessment* (STEWART et al., 2011).

RESULTADOS E DISCUSSÕES: Os avanços na fisiologia do exercício e na metodologia de treinamento desportivo têm proporcionado um aumento no interesse em descrever as características físicas de atletas. Neste estudo, optou-se por identificar o perfil somatotípico de atletas amadores de *rugby*. Conforme os gráficos 1 e 2, observa-se que existe predominância do biótipo mesomorfo nos jogadores *backwards* e predominância de mesoendomorfo nos *forwards*. Caracteristicamente, os indivíduos com biótipo mesomorfo são aqueles que têm como principal característica o grande relevo muscular aparente, os ectomorfos são os que têm linearidade, ou seja, ossos finos e longos e já os endomorfos, têm em maior evidência o acúmulo de gordura corporal (MORTATTI; ARRUDA, 2007). Na literatura encontrou-se apenas um estudo avaliando o biótipo de jogadores de *rugby*, Casagrande avaliou 28 jogadores de *rugby* italianos e encontrou prevalência maior do biótipo endomesomorfo nos atletas, no entanto, o autor não distinguiu entre *forwards* e *backwards* (CASAGRANDE; VIVIANI, 1993). Estudos

realizados com atletas de futsal e voleibol mostraram que nesse esporte também há predominância do biotipoendo-mesomorfo(DANTAS; FILHO, 2002). Salienta-se que ambos os esportes, rugby, voleibol e futsal apresentam diferentes demandas fisiológicas resultando em diferenças, tanto no dispêndio energético quanto na composição física. **CONCLUSÃO:** Desta forma, conhecer o biótipo e poder relaciona-lo a posição do atleta numa partida é de suma importância podendo a partir dos resultados elaborar planos de treinamento e alimentares a fim de potencializar os resultados na quadra

Gráfico 1: Biotipos dos jogadores *backwards* de um time de *rugby* da cidade de Caxias do Sul

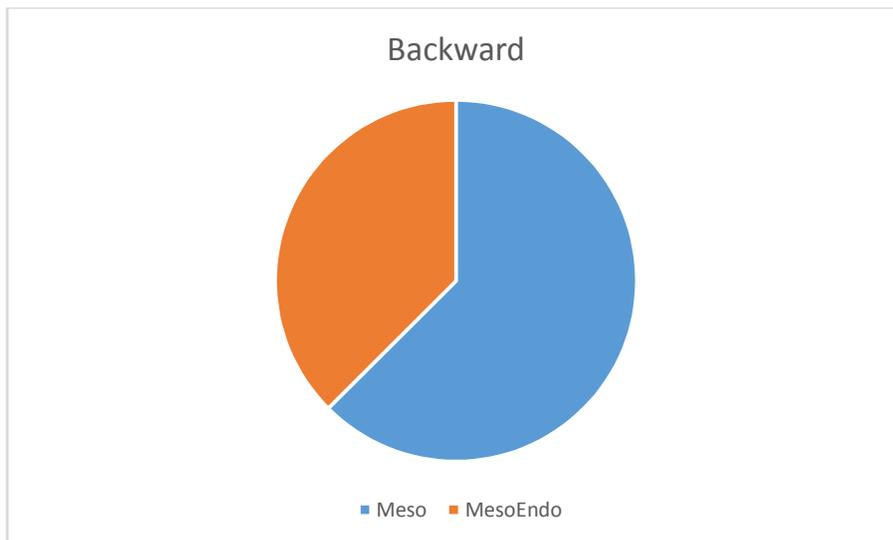
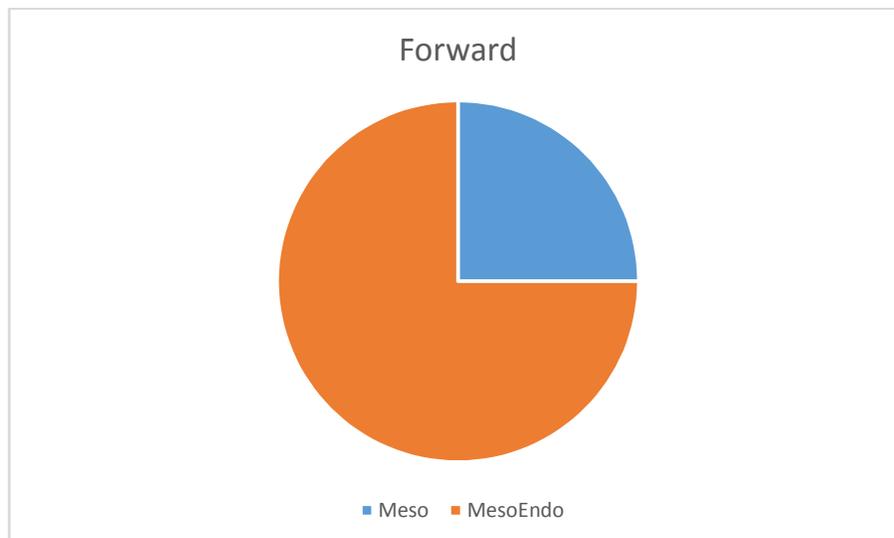


Gráfico 2: Biotipos dos jogadores *forwards* de um time de *rugby* da cidade de Caxias do Sul



REFERÊNCIAS

- BIESEK, SIMONE, ALVES, LETÍCIA AZEN; GUERRA, I. **Estratégias de Nutrição e Suplementação no Esporte**. 3a. ed. [s.l.] Manole, 2015.
- CARTER, J. E. The somatotypes of athletes--a review. **Human biology**, v. 42, n. 4, p. 535–569, dez. 1970.
- CASAGRANDE, G.; VIVIANI, F. Somatotype of Italian rugby players. **The Journal of sports medicine and physical fitness**, v. 33, n. 1, p. 65–69, mar. 1993.
- DANTAS, P.; FILHO, J. F. Identification of the profiles, genetic, of physical fitness and somatological type that characterize masculine athletes, of high income, participants of adult futsal, in Brazil. **Fitness & Performance Journal**, v. 1, n. 1, p. 28–36, 2002.
- DUNCAN, M. J.; WOODFIELD, L.; AL-NAKEEB, Y. Anthropometric and physiological characteristics of junior elite volleyball players. **British Journal of Sports Medicine**, v. 40, n. 7, p. 649–651, 2006.
- GABBETT, T. J. Physiological characteristics of junior and senior rugby league players. **British Journal of Sports Medicine**, v. 36, n. 5, p. 334–339, 2002.
- GABBETT, T. J. Physiological and anthropometric characteristics of junior rugby league players over a competitive season. **Journal of strength and conditioning research**, v. 19, n. 4, p. 764–771, nov. 2005.
- GIANNOPOULOS, N. et al. Somatotype, Level of Competition, and Performance in Attack in Elite Male Volleyball. **Journal of Human Kinetics**, v. 58, n. 1, p.

131–140, 2017.

GORLA, J. I. et al. Composição corporal e perfil somatotípico de atletas da seleção brasileira de futebol de 5. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 39, n. 1, p. 79–84, 2017.

HEATH, B. H.; CARTER, J. E. A comparison of somatotype methods. **American journal of physical anthropology**, v. 24, n. 1, p. 87–99, jan. 1966.

HEATH, B. H.; CARTER, J. E. L. A modified somatotype method. **American Journal of Physical Anthropology**, v. 27, n. 1, p. 57–74, 1967.

RAKOVIĆ, A. ET AL. Analysis of the Elite Athletes' Somatotypes. **Acta Kinesiológica**, v. 9, n. September, p. 47–54, 2015.

STEWART, A A et al. **International standards for anthropometric assessment**. [s.l: s.n.].

MOROTTI; ARRUDA. **Revista Brasileira de Cineantropometria& Desempenho Humano**. 2007.