

CARACTERÍSTICAS MORFOLÓGICAS DE ATLETAS DE JIU-JITSU

Kenji Fuke¹
Silvana Corrêa Matheus

Laboratório de Cineantropometria, CEFD/UFSM
Universidade Federal de Santa Maria – UFSM

O Jiu-jitsu é uma arte marcial, da qual normalmente utiliza-se golpes para imobilizar o oponente. No Brasil, o Jiu-jitsu é pouco estudado, mas ainda assim tem conseguido resultados bastante expressivos no cenário competitivo internacional. Uma das principais dificuldades na obtenção do desempenho máximo dos atletas dessa modalidade está na definição precisa das características morfológicas e nos processos metabólicos exigidos durante a luta. Diante do exposto, essa pesquisa teve como objetivo descrever as características morfológicas de atletas de Jiu-jitsu da Cidade de Santa Maria-RS. Avaliou-se 20 indivíduos com média de idade de $23,16 \pm 2,47$ anos e tempo de prática de $2 \pm 0,79$ anos. Foram determinados os valores de Massa Corporal e estatura obedecendo-se às padronizações sugeridas por Cameron (1986). Para tanto, utilizou-se uma balança da marca Filizola (resolução de 10 gramas) e um estadiômetro de madeira com fita antropométrica (resolução de 1cm). Para a mensuração do Peso Hidrostático, foi utilizada uma balança Filizola, com capacidade para 6 kg, com resolução de 5 gramas. A pesagem submersa na posição grupada seguiu a descrição de Petroski & Pires-Neto (1993). Para o cálculo da densidade corporal utilizou-se a equação proposta por Wilmore & Behnke (1969). O Volume Residual foi calculado através da equação de Goldman & Becklake (1959) e para o cálculo do percentual de gordura foi utilizada a equação proposta por Siri (1962). Os dados foram analisados estatisticamente (SPSS 10.0) por meio da estatística descritiva que compreendeu medidas de tendência central e dispersão. Na tabela 01 são apresentados os dados referentes a morfologia dos atletas investigados.

Tabela 01: características morfológicas de atletas de Jiu-jitsu

Variáveis da composição corporal	Média ± DP
Massa Corporal	88,03±2,47 kg
Estatura	182,54±3,69 cm
Percentual de Gordura	13,50±2,49%
Percentual de Massa Muscular	42,02±4,36%
Peso de Gordura	11,88±2,19 kg
Peso Muscular	36,99±3,83 kg

Analisando os resultados, pode-se concluir que esses atletas de Jiu-jitsu estão acima da média da população em geral, com relação a estatura e a massa corporal. O percentual de gordura está um pouco acima dos valores considerados desejáveis para atletas, já que este esporte é dividido por categoria (graduação e peso), mas muito bom para os padrões de saúde. Este tipo de trabalho proporciona informações importantes das características morfológicas de atletas, que devem ser explorados e comparados com outros estudos, podendo analisar as vantagens e as desvantagens que existem no âmbito morfológico, visando melhorar o desempenho esportivo.

Palavras-chave: Jiu-jitsu, Atletas, Morfologia.

¹knjfuke@yahoo.com.br