

## **EFEITO DO NÍVEL COMPETITIVO NO RITMO DE NADO NA PROVA DE 200 m MEDLEY: ANÁLISE EM PISCINAS DE 25 E 50M<sup>1</sup>**

Maria Vitória João Bresciani<sup>2</sup>, Suzana Matheus Pereira<sup>3</sup>, Helio Roesler<sup>4</sup>, Gustavo Soares Pereira<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Vinculado ao projeto Comportamento das variáveis espaço-temporais no desempenho de 200 m medley

<sup>2</sup> Acadêmica do Curso de Bacharelado em Educação Física – CEFID – Bolsista PROBIC

<sup>3</sup> Orientadora, Departamento de Educação Física – CEFID – [suzana.pereira@udesc.br](mailto:suzana.pereira@udesc.br)

<sup>4</sup> Docente do Departamento de Ciências da Saúde – CEFID – [helio.roesler@udesc.br](mailto:helio.roesler@udesc.br)

<sup>5</sup> Pesquisador do Laboratório de Pesquisas em Biomecânica Aquática – CEFID – [gustaspereira@hotmail.com](mailto:gustaspereira@hotmail.com)

As competições oficiais de natação são realizadas em duas diferentes distâncias competitivas, 25m e 50m. Apesar das distâncias de prova e as regras serem as mesmas, a mudança do comprimento da piscina altera o desempenho do nadador, modificando o número de viradas e da proporção da prova realizada no nado submerso. Dessa forma, o nadador deve levar em conta as dimensões da piscina ao traçar a estratégia de prova, principalmente em relação ao ritmo aplicado. Dentre as provas competitivas, as provas de medley individual são particularmente interessantes do ponto de vista do controle de ritmo, nessas provas, o nadador desempenha os quatro nados competitivos em uma ordem determinada (borboleta, costas, peito e livre, normalmente nadado utilizando a técnica de crawl), essa variação de nados dentro da mesma prova cria variações nas interações do nadador com a água, impactando diretamente na eficiência aplicada em cada nado. Diante disso, o presente estudo teve como objetivo analisar o efeito do tamanho da piscina na contribuição das parciais de nado específico para o tempo total de prova de 200m medley. Foram analisados os resultados das finais da prova de 200 m medley do sexo masculino em competições de nível internacional (Campeonato Mundial da Fina de piscina longa e curta), nacional (Campeonato Brasileiro Absoluto de piscina longa e curta) e regional (Campeonato Catarinense Absoluto em piscina longa e o Open Sul Brasileiro em piscina curta) entre os anos de 2016 e 2019. Os dados foram extraídos dos websites das federações organizadoras, e estão publicamente disponíveis para o acesso. Na totalidade, foram analisados 94 resultados, e destes dados, foram obtidas os tempos parciais e finais de cada nadador. A fim de possibilitar a comparação entre os níveis técnicos, os tempos parciais foram normalizados pelo tempo médio parcial da prova inteira. O software IMB SPSS versão 20.0 (Armonk, EUA) foi utilizado para a análise estatística. O teste de Kolmogorov-Smirnov e Levene testaram a normalidade e homogeneidade dos dados, respectivamente. O efeito do tamanho da piscina e do nível técnico no controle do ritmo de nado ao longo da prova foi observado utilizando-se a ANOVA de dois fatores (tamanho da piscina e nível técnico) para todas as parciais relativas da prova de 200 m medley. O post-hoc de Bonferroni foi utilizado, nos casos de diferenças estatisticamente significativas, para observar o nível técnico específico. O nível de significância determinado para a presente análise foi de 95%. De resultados (tabela 1), o tamanho da piscina teve um efeito significativo em três dos quatro nados competitivos desempenhados no medley, o

nado peito foi o único que não apresentou diferenças na contribuição relativa da parcial no tempo total. Além disso, a distribuição da contribuição relativa do tempo parcial de cada nado competitivo no tempo total de prova teve efeito do nível técnico em todas as parciais. Portanto, aparentemente o aumento no nível técnico é acompanhado também de mudanças no controle de ritmo durante a prova, essas mudanças podem estar relacionadas com a melhor capacidade de desempenhar os quatro nados competitivos de maneira intensa, tornando as contribuições de cada nado mais próximas ao tempo parcial médio da prova. O estudo vigente apresenta que o nível técnico pode interferir na estratégia de prova utilizada pelos nadadores durante o 200 m medley, ademais, o controle de ritmo e a distribuição de energia ao longo da prova também podem alterar de acordo com o tamanho da piscina, sendo ela de 25m ou 50m.

Tabela 2 – Tempos parciais relativos da prova de 200 m medley

Parcial	Borboleta		Costas		Peito		Livre	
	Longa	Curta	Longa	Curta	Longa	Curta	Longa	Curta
<b>Regional</b>	84,7±3,1%	86,2±2,1%	104,9±3,4%	103,2±3,2%	118,4±3,9%	116,9±4,2%	92,0±2,5%	93,7±2,4%
<b>Nacional</b>	85,3±1,8%	87,4±1,9%	101,3±2,2%	99,8±1,9%	118,6±2,5%	117,3±2,8%	94,9±1,6%	95,4±2,4%
<b>Internacional</b>	86,4±0,9%	86,9±1,3%	101,3±1,3%	100,4±1,8%	115,5±1,7%	115,3±1,5%	96,8±1,33%	96,8±1,3%
<b>Post-hoc</b>	Curta > Longa p<0,01 Reg < Int p=0,04		Curta < Longa p<0,01 Reg > Nac, Int p<0,01		Int < Nac, Reg p<0,01		Longa < Curta p=0,03 Reg < Nac < Int P<0,01	

**Palavras-chave:** "desempenho", "análise temporal", "natação"