

Diferenças de força dos membros inferiores por preferência lateral em futebolistas Sub-17

Forte, Pedro¹; Morais, Jorge E.²; Barbosa, Tiago M.³; Reis, António⁴

¹pedromiguelforte@gmail.com, CIDESD, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

²morais.jorgestrela@gmail.com, CIDESD, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

³tiago.barbosa@nie.edu.sg, National Institute of Education, Singapura

⁴areis@ipb.pt, CIDESD, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

Resumo

O objetivo deste estudo foi verificar as diferenças dos níveis de força dos membros inferiores, por preferência lateral (destros, esquerdinos e ambidestros) em jovens futebolistas do escalão de sub-17. A amostra foi composta por 15 jogadores com uma média de 15,60 ($\pm 0,49$) anos que participaram no campeonato distrital de Bragança. Destes, 9 destros, 4 esquerdinos e 2 ambidestros. A avaliação da força dos membros inferiores foi feita com recurso a um dinamómetro *Globus* (*Globus*, Codognè, Italia) fixo no braço extensor e flexor das máquinas *leg extention* e *leg curl* para os movimentos de extensão e flexão do joelho respetivamente, a uma amplitude de 60° para medição da força máxima voluntária durante 10 segundos em quilogramas de força (kgf). O teste de Kruskal-Wallis permitiu averiguar a existência de diferenças significativas entre os níveis de força dos sujeitos por preferência lateral a uma significância de 5%. A média de força no movimento de flexão do joelho dos membros direito e esquerdo foi de 30,73 ($\pm 11,96$) kgf e 34,29 ($\pm 10,43$) kgf respetivamente. No movimento de extensão do joelho dos membros inferiores direito e esquerdo a média foi de 35,51 ($\pm 11,00$) kgf e 40,24 (13,01) kgf respetivamente. Apenas foram verificadas diferenças significativas na força máxima no movimento de flexão do joelho direito ($F = 8,600$; $p = 0,014$). Os destros apresentaram níveis de força superiores aos esquerdinos e ambidestros. A força dos músculos ântero-posteriores dos membros inferiores direitos nos esquerdinos e ambidestros deve ser tanto quanto possível, desenvolvida de forma equilateral.

Palavras-Chave: força; posicionamento; lateralidade; jovens; futebol.

Lower limbs strength levels by lateral preference in under 17 soccer players

Forte, Pedro¹; Morais, Jorge E.²; Barbosa, Tiago M.³; Reis, António⁴

¹pedromiguelforte@gmail.com, CIDESD, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

²morais.jorgestrela@gmail.com, CIDESD, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

³tiago.barbosa@nie.edu.sg, National Institute of Education, Singapura

⁴areis@ipb.pt, CIDESD, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

Abstract

The aim of this study was to analyse strength levels differences by lateral preference (right and left-handed and ambidextrous) in under 17 soccer players. The sample was composed by 15 players with 15,60 ($\pm 0,49$) years old competing in Bragança regional championship. In these ones, 9 players were right-handed, 4 left-handed and 2 ambidextrous. The lower limbs strength evaluation was with a dynamometer *Globus* (*Globus*, Codognè, Italia) fixed in the flexor arm of leg curl and leg extension machines for knee flexion and extension respectively. It was fixed at 60° for maximal volunteer strength during 10 seconds in kilograms of strength (kgf). The Kruskal-Wallis test allowed to verify statistical differences between strength levels by lateral preference at 5% significance. The knee flexion movement, strength mean for right and left limbs were 30,73 ($\pm 11,96$) kgf and 34,29 ($\pm 10,43$) kgf respectively. In knee extension movement, strength means for right and left lower limbs were 35,51 ($\pm 11,00$) kgf and 40,24 (13,01) kgf respectively. Statistical differences were only founded in maximal strength in the right knee flexion movement ($F = 8,600$; $p = 0,014$). The right-handed players presented high strength levels compared to left-handed and ambidextrous. Antero-posterior muscles strength in right limbs should be developed in a similar way with left ones, intending to reduce differences as much as possible.

Keywords: strength; coordination; young; basketball players.