



## Associação entre Dano Muscular e a Carga Interna de Treinamento em Jogadores Profissionais de Futsal

Cássio Vinícius Rodrigues Pinheiro<sup>1</sup>, Crislaine Rangel Couto<sup>2</sup>, Bruno Teobaldo Campos<sup>3</sup>

Centro Universitário Metodista Izabela Hendrix  
Universidade Federal de Minas Gerais

### Resumo:

**Introdução:** O futsal é um esporte intermitente de alta intensidade onde os atletas são expostos a elevadas cargas de treinamento com períodos reduzidos de recuperação. As escalas psicométricas (percepção de esforço e recuperação) e mensuração da Creatina Quinase (CK) são os principais métodos para controle da recuperação dos atletas. **Objetivo:** Verificar se os diferentes níveis de CK estão associados à carga interna, Monotonia e *Strain* durante um período competitivo de atletas de futsal. **Metodologia:** Participaram do estudo 14 jogadores de futsal do sexo masculino de um clube profissional brasileiro com idade média de  $22 \pm 3$  anos. Foram analisadas a Carga Interna das sessões de treino e as Concentrações de CK, durante as três primeiras semanas da temporada competitiva. Para a análise dos dados foi utilizada uma ANOVA de um fator (tempo) para todas as variáveis, também foi aplicado o teste de Pearson para testar a associação entre Carga Interna, Monotonia, *Strain* e CK. O nível de significância adotado foi de  $\alpha < 0,05$ . **Resultados e discussão:** Não foi verificada uma associação significativa entre as variáveis, sendo os maiores valores encontrados entre Carga Interna Média e Total da semana em relação à CK relativa (0,18). Uma possível explicação é a relação com o período competitivo, onde os baixos níveis na concentração de CK pode se dar pelos baixos índices de volume total da carga em relação ao período preparatório. **Conclusão:** Os diferentes níveis de CK não estão associados à carga interna e aos seus derivados durante um período competitivo dos atletas de futsal.

**Palavras-chave:** Creatina Quinase; Monitoramento da carga; Futsal

<sup>1</sup> Graduado em Educação Física. rodriguescassio05@gmail.com

<sup>2</sup> Graduada em Educação Física, Mestre e Doutora em Ciências do Esporte, crislainerangel@hotmail.com

<sup>3</sup> Graduado em Educação Física, Mestre em Ciências do Esporte, brunoteobaldocampos@gmail.com