

## PADRÃO DE REFERÊNCIA DE JOGADORES DE FUTEBOL PROFISSIONAL – APTIDÃO FÍSICA CARDIORRESPIRATÓRIA

TURÍBIO L. BARROS, RENATO, F. M. LOTUFO, ANTONIO S. TEBEXRENI,  
PAULO S. M. ZOGAIB, EDGARD FREIRE, ROGÉRIO J. NEVES, JULIO  
STANCANTI, FABIO MAHSEREDJIAN, VERA L. TAMBEIRO, NEIL F. NOVO\* -  
CEMAFE, \*Disciplina de Bioestatística, Universidade Federal de São Paulo,  
UNIFESP/EPM.

Sociedade Paulista de Cardiologia, SOCESP, ( ),1998

**Objetivo:** estabelecer padrões de referência da aptidão funcional cardiorrespiratória de jogadores de futebol profissional através da determinação do consumo máximo de oxigênio (VO<sub>2</sub> max), obtidos por testes ergoespirométricos, e classifica-los dentro das diferentes faixas etárias.

**Casuística:** 715 homens, jogadores de futebol profissional das principais equipes da divisão principal de São Paulo, idade: (16-39), idade média de 23,05 anos, peso de 68,70 ± 7,32 kg, altura de 172,00 ± 6,60 cm, Frequência Cardíaca Máxima 178,24 ± 9,58 bpm, VO<sub>2</sub> max 57,12 ± 5,47 ml/kg/min. Métodos: teste contínuo de carga crescente em esteira rolante, com medida direta do ar expirado por analisadores de oxigênio e dióxido de carbono Ametek® e sistema metabólico Vacumed®, para determinação do consumo máximo de oxigênio. A classificação para os valores de VO<sub>2</sub> max para estabelecer faixas, foi realizada por posto, percentis 20, 40, 60 e 80 (Sokal, 1969).

### Resultados:

FUTEBOL PROFISSIONAL VO <sub>2</sub> max (ml/kg/min)					
Idade	muito fraco	fraco	regular	bom	excelente
16-19	< 55	55-57	57-59	59-62	> 62
20-29	< 53	53-56	56-58	58-62	> 62
30-39	< 50	50-53	53-56	56-59	> 59
Idades: 16-19 (n =127),		20-29 (n = 515)		30-39 (n = 73)	
Faixas Etárias	16-19	20-29	30-39		
Médias/DP	58,21 ± 4,40	56,93 ± 5,17	55,34 ± 5,76		

Aplicando-se o teste “t” (p < 0,05), para o VO<sub>2</sub> max de cada faixa, obtivemos:

16-19 vs 20-29\*\* p = 0,005      16-19 vs 30-39\*\*\* p = 0,0003      20-29 vs 30-39\* p = 0,028

**Conclusões:** os resultados estabelecem uma classificação objetiva da aptidão física cardiorrespiratória, destes profissionais, possibilitando sua utilização dentro da modalidade. Concluímos também, que existem uma redução significativa do VO<sub>2</sub> máx a partir da 3ª década de idade.