

A INFLUÊNCIA DA KINESIOTAPING NA FORÇA MUSCULAR DE GASTROCNÊMIO EM ATLETAS DE BASQUETEBOL ATRAVÉS DO TESTE DE IMPULSÃO VERTICAL

Jeferson Souza Novais¹, Rodrigo Souza Nilo De Araújo Aguiar², Leandro Lazzareschi³.

Estudante do curso de Educação Física: email: jefersonnovais@hotmail.com¹

Professor da Universidade de Mogi das Cruzes: email: rodrigoaguiar@umc.br²

Professor da Universidade de Mogi das Cruzes: email: leandrolazzareschi@umc.br³

Área do conhecimento: Ciências da Saúde.

Palavras-chave: Kinesiotaping, Bandagem, Basquetebol, Impulsão, Atletas, Facilitação, Controle.

INTRODUÇÃO

Com a tentativa de melhorar a qualidade dos movimentos e atividades musculares executados nos desportos, surgiu o método *Kinesio taping*[®] (AMARAL; PEREIRA, 2012). O método *Kinesio Taping*[®] foi idealizado por Kenzo Kase por volta de 1970. Consiste na aplicação direta da bandagem elástica sobre a musculatura de um determinado segmento corporal. O método utiliza uma fita, fina e elástica que pode ser tensionada em cerca de 120% até 140% de seu comprimento original, sendo aplicada em tendões ou músculos e trazendo mais liberdade de movimentos ou maior restrição de movimentos inadequados para o indivíduo que faz uso deste material em comparação com bandagens convencionais. *Kinesio taping*[®], é uma técnica com proposta de reduzir espasmos e dores musculares, corrigir a função motora dos músculos, aumentar a circulação sanguínea, linfática e propriocepção por meio da estimulação constante dos mecanorreceptores cutâneos, bem como prevenir lesões no esporte (DEBELISO et al, 2004). O basquetebol foi criado na cidade de Springfield no ano de 1891 pelo professor de educação física James Naismith, o esporte surgiu a partir do intuito de permitir a prática de atividades físicas no inverno rigoroso, onde o mesmo deveria ser praticado no interior de algum ambiente, pois as situações climáticas não proporcionava que o mesmo fosse praticado ao ar livre (PIRES, 2004). O jogo de basquetebol até o ano de 1894 era praticado com uma bola de futebol que foi substituída por uma bola específica produzida pela CHICOPEE FALLS, da Massachusetts. Além disso, neste mesmo ano foi introduzido na regra o lance-livre (SILVA, 2007). No ano de 1896 o basquetebol foi trazido para o Brasil, pelo norte americano e missionário Augusto F. Shaw. No início o esporte que até então não era muito popularizado pelo mundo não teve uma aceitação muito grande em nosso país, já hoje, é reconhecido nacionalmente por diferentes faixas etárias, e o esporte já está ligado a diferentes clubes esportivos, aos qual a maioria está ligada a competições esportivas nacionais, onde os atletas ficam expostos a treinamentos de alto nível (PIRES, 2004). Nestes treinamentos os atletas ficam expostos a situações de jogo nas quais são comuns movimentos com precisão e rapidez, sendo de extrema importância para o seu desenvolvimento das habilidades, entre estes treinamentos estão exercícios como, mudanças de direções, explosões de velocidade, saltos repetitivos, entre outros, todos trabalhando em prol de um treinamento que proporcione reproduzir as capacidades exigidas no jogo (GOMES, 2008).

OBJETIVO

O objetivo presente no trabalho foi avaliar os efeitos do método *Kinesio Taping*[®] no teste de impulsão vertical em atletas praticantes do basquetebol.

METODOLOGIA

Foi utilizado o teste de impulsão antes e após a aplicação da fita *Kinesio Taping*[®], realizada por um avaliador cego, que desconhecia qual grupo o atleta pertencerá. Os atletas foram também submetidos a um ECR (Ensaio Clínico Randomizado) e para se obter maior fidelidade ao ECR, os atletas não estavam cientes sobre qual técnica de aplicação fora realizada nos mesmos, com isso o estudo foi caracterizado como cego em relação a intervenção. Com isso este ECR foi caracterizado como duplo cego.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nenhum dos atletas apresentou ativação nas primeiras 24 horas, pelo contrario, pode-se observar queda nas medidas dos saltos. Em 48h, 44,4% dos atletas apresentaram aumento nessas medidas comparado aos números do período anterior. Já em 72h, 77,7% passaram a ter o salto maior comparando o intervalo entre 48h a 72h. Analisando o ultimo período, em 96h, pode-se observar uma ativação de 100% quando comparado ao segundo teste de impulsão, em 24h já sob o efeito do método *Kinesio Taping*[®] (tabela 1).

GRUPO FACILITAÇÃO		
	Média (\pm DP)	Mediana
Sem Bandagem		
0h	2.97 (0,12)	2.98
Com Bandagem		
24h	2.88 (0,18)	2.90
48h	2.92 (0,09)	2.93
72h	2.94 (0,10)	2.94
Sem Bandagem		
96h	2.98 (0,10)	2.96

Tabela 1: Medidas de altura máxima considerando o teste de impulsão vertical em todas as fases do grupo que ativou a musculatura

Pode-se observar que houve constantes oscilações nos resultados, oscilações estas que podem ter correlações com os fatores de treinamento e rotina de preparação física, ou também estarem relacionados a fatores psicológicos influentes sobre o fato da aplicação do método, visto que os atletas não estavam cientes sobre qual método estavam sendo submetido (controle ou facilitação) (tabela 2).

GRUPO CONTROLE		
	Média (±DP)	Mediana
Sem Bandagem		
0h	2.95 (0,12)	2.91
Com Bandagem		
24h	2.94 (0,11)	2.95
48h	2.92 (0,12)	2.88
72h	2.92 (0,10)	2.92
Sem Bandagem		
96h	2.96 (0,09)	2.93

Tabela 2: Medidas de altura máxima considerando o teste de impulsão vertical em todas as fases do grupo sem técnica muscular

Segundo Michels, Ruzzon e Júnior (2007) o efeito placebo é algo que objetivamente não deveria ocorrer, pois são ações provenientes do psicológico que não fazem uso de um princípio ativo, sendo que este efeito mostra o quanto o pensamento modifica o funcionamento do corpo. Um estímulo sensorial, seja ele interno ou externo, alcança um receptor e ocasiona modificações das condições orgânicas e, em ilação, uma resposta que pode ser motora, secretora ou vegetativa. Além disso, pode fazer com que substâncias sem atividade provoquem efeitos que delas não dependem.

CONCLUSÃO

Diante dos dados apresentados a cima, pode-se observar que no presente período em que os atletas estavam sob os efeitos do método Kinesio Tapping[®], houve mudanças nos valores dos saltos, porém não podemos considerar que o método teve uma significativa influência sob os resultados. Analisando os dados do grupo controle, podemos observar oscilações nos resultados em diversos momentos deste grupo, o que pode ter influências psicológicas ou por meio dos métodos de treinamentos dos atletas em questão. Apesar de a técnica ser muito antiga ainda existem poucos estudos brasileiros, tendo a necessidade de se realizar mais pesquisas sobre ela.

REFERÊNCIAS

AMARAL, Luiza; PEREIRA, Marcelo. **Efeitos do kinesio taping no desporto**. 2012. 20 f. Estágio Profissionalizante (Graduando em Fisioterapia) UFP – Universidade Fernando Pessoa. Porto. 2012.

DEBELISO, Mark; HALSETH, Travis; LIEN, Jeff; MCCHESENEY, John W.; VAUGHN, Ross. The effects of Kinesio taping on proprioception at the ankle. **Journal of Sports Science and Medicine**. p. 01-07, march. 2004.

GOMES, Luciano dos Santos. **A influência do alongamento estático nos testes de salto vertical e na corrida de 400m em atletas jovens de basquetebol do sexo masculino**. Revista eletrônica da escola de educação física e desportos – UFRJ, v. 04, n.02, p. 01-08, jul/Dez. 2008.

MICHELS, M.A.; RUZZON, J.; HUGO PIRES JÚNIOR, H.P.; Placebo: Efeitos Psicologicos da Cura. **V EPCC Encontro Internacional de Produção Científica Cesumar**. 2007.

PIRES, Renata C. Cordeiro. ENCONTRO REGIONAL DE HISTORIA - O LUGAR DE HISTORIA, 17., 2004, São Paulo. **Seleção Brasileira de Basquetebol Masculino: História e Memória**. Campinas: ANPUH/SPUNICAMP, 2004.

SILVA, Guilherme. P. L. G. **Preparação Física no Basquetebol Sob a Ótica dos Preparadores Físicos**. 2007. 51 f. Monografia (Especializando em Educação Física Licenciatura) - UNESP - Universidade Estadual Paulista. São Paulo. 2007.