



B0296

ANÁLISE CINEMÁTICA TRIDIMENSIONAL DO SALTO SAUTÉ ENTRE BAILARINAS TREINADAS E NÃO TREINADAS EM PLIOMETRIA

Mariana Diehl (Bolsista PIBIC/CNPq), Juliana Exel Santana e Prof. Dr. Sergio Augusto Cunha (Orientador), Faculdade de Educação Física - FEF, UNICAMP

O balé clássico exige tradicionalmente que seus praticantes realizem saltos exercendo força e velocidade e dentre os exercícios de saltos realizados nos treinamentos de dança, o salto mais praticado é o *sauté*. Porém, tem sido demonstrado que bailarinos apresentam déficits de potência muscular quando comparados com atletas e a pliometria é considerada um método eficaz para o desenvolvimento de potência muscular em membros inferiores. Portanto, o objetivo desse estudo foi verificar o desempenho bailarinas treinadas e não treinadas em pliometria em um salto vertical do balé. Quatro bailarinas treinadas e quatro não-treinadas realizaram três tentativas do salto *sauté*, com intervalo de dois minutos entre cada tentativa. Para a obtenção da altura do *sauté*, foi colocado um marcador retro-reflexivo na 2ª vértebra sacral, que foi filmado por duas câmeras digitais em uma frequência de 300 Hz. As imagens foram posteriormente reconstruídas tridimensionalmente através do *software* Dynamic Posture, e a altura do salto foi considerada como o valor máximo obtido na coordenada vertical de cada tentativa. As análises estatísticas foram feitas através de *boxplot*. Os resultados obtidos não apresentaram diferenças significativas na altura obtidas entre as duas amostras. Isso pode ser explicado pelo fato de que a pliometria melhora a capacidade de utilização da energia potencial elástica contida nos músculos, característica não encontra no *sauté*.

Pliometria - Cinematria - Biomecânica