

## ASPECTOS DA MOBILIDADE ARTICULAR DE ATLETAS UNIVERSITÁRIOS DE BASQUETEBOL

VANESSA MARQUES SCHMITZHAUS  
MARCOS BEZERRA DE ALMEIDA, CREF 605G/SE  
Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.  
vane\_m\_schmitzhaus@hotmail.com

**INTRODUÇÃO:** Os movimentos corporais específicos de cada modalidade esportiva criam uma demanda de mobilidade articular igualmente específica. Nesse sentido, Sporis et al. 2011, afirmam que a flexibilidade é um dos principais determinantes do desempenho em esportes de equipe, auxiliando assim no equilíbrio, coordenação e prevenção de lesões. Geralmente, estudos analisam a flexibilidade em atletas utilizando apenas um movimento articular. Sendo assim, pode não ser possível caracterizar a mobilidade articular como um todo. **OBJETIVO:** Caracterizar a mobilidade articular de atletas de basquetebol universitário através de um teste mais abrangente, englobando 20 movimentos articulares. **MÉTODOS:** Em um design transversal e descritivo, foram avaliados 14 jogadores de basquetebol universitário (23,9±2,6 anos, 76,3±8,9 kg, 181,4±8,1 cm). Em uma única visita ao laboratório, fora do horário de treino, solicitamos aos atletas que se apresentassem com as vestimentas de jogo, facilitando assim, a realização dos movimentos. Inicialmente, foram coletadas as informações sobre idade, massa corporal e estatura. Posteriormente, foram feitas as medidas de mobilidade articular através do Flexiteste (ARAÚJO, 2005). Sucintamente, o Flexiteste é um teste adimensional que avalia a amplitude fisiológica passiva máxima, englobando 20 movimentos articulares graduados de 0 a 4 pontos. O somatório de pontos indica o nível global de flexibilidade (flexíndice). O perfil de flexibilidade contempla também os seguintes índices de variabilidade da mobilidade articular: intermovimentos (IVIM), interarticulações (IVIA), flexão-extensão (IVFE), entre-segmentos (IVES) e distal-proximal (IVDP). Os dados foram analisados de forma descritiva com base nos valores de normalidade. **RESULTADOS:** Os atletas obtiveram um Flexíndice de 48,9±7,1 pontos, sendo que 71,4% foram classificados no Percentil 75 ou superior para idade e sexo. O perfil de homogeneidade apresentou IVIM 0,74±0,12; IVIA 0,47±0,15; IVFE 1,07±0,16; IVES 0,95±0,14; e IVDP 0,92±0,15, nos quais 61,4% dos atletas foram classificados como variabilidade normal. **CONCLUSÕES:** Os atletas de basquetebol universitário apresentam níveis elevados de flexibilidade e perfil de homogeneidade da mobilidade articular, em sua maioria, classificada como normal.

**Palavras-chave:** basquetebol; flexibilidade; flexiteste.