

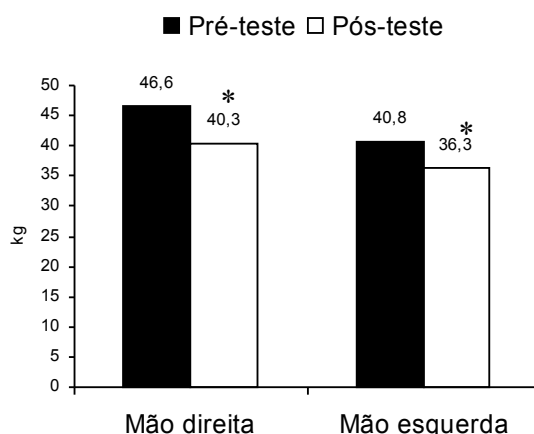
## ALTERAÇÕES AGUDAS DA FORÇA DE PREENSÃO MANUAL APÓS UMA SUBIDA DE ESCALADA INDOOR ESTILO TOP ROPE

NATÁLIA Maciel Silva, PEDRO de Sousa Carvalho, THALES Bianchi, ELISANGELA Silva.

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais – Muzambinho – Minas Gerais – Brasil - nataliamaciel.edf@hotmail.com

**Introdução:** a escalada na modalidade indoor é realizada em muros de concretos com agarras de resina e são utilizadas para realização de atividades recreativas, treinamento e competições. O estilo Top Rope é um processo de escalada em que a corda que dá segurança ao escalador é presa acima do usuário. A outra ponta da corda (que não está presa ao escalador) é utilizada pelo escalador que faz a segurança. **Objetivo:** o objetivo do estudo foi identificar as possíveis alterações agudas da força de preensão manual após uma subida na parede de escalada indoor estilo Top Rope. **Metodologia:** a amostra foi composta por 8 praticantes de escalada *indoor*, iniciantes, da equipe do Colégio Lyceu/FAET de Muzambinho/MG com idade  $\bar{X}=11,3\pm 0,85$  anos, estatura  $\bar{X}=152,7\pm 9,99$ ; e massa corporal total  $\bar{X}=43,8\pm 9,71$ . A massa corporal foi aferida com uma balança da marca Filizola com precisão de 100 gramas e a estatura através de uma fita métrica fixada na parede de acordo com o plano de Frankfurt. A parede de escalada possuía nove metros de altura, agarras artificiais em uma via pré-determinada. Para realização do experimento, inicialmente foi realizado o teste de preensão manual, fazendo-se uso de um dinamômetro da marca Saehan modelo SH5002, em seguida os praticantes subiram e desceram individualmente na parede. Imediatamente ao chegar ao chão foi realizado o teste de preensão manual novamente. Fez-se uso da estatística descritiva, do teste de Kolmogorov-Smirnov e do teste t para amostras pareadas. **Resultados:** após a realização do teste de Kolmogorov-Smirnov foi possível identificar que as medidas de preensão manual de ambas as mãos apresentaram resultados próximos da normalidade ( $p=0,735$  e  $0,835$  respectivamente). Observa-se na figura 1 uma redução significativa da força de preensão manual em ambas as mãos para  $p<0,05$ .

**Figura 1 - Resultado do teste de preensão manual antes e após a escalada indoor**



\*= $p<0,05$

**Conclusão:** ao final deste estudo pode-se verificar que após uma escalada indoor ocorreu uma redução significativa da força de ambas as mãos na amostra estudada. Sugere-se que mais estudos sejam realizados com intervalos de recuperação.