



XXXIV ENCONTRO DE JOVENS PESQUISADORES,  
XVI MOSTRA ACADÊMICA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA e  
I MOSTRA DE EXTENSÃO: CONEXÕES ENTRE  
UNIVERSIDADE E COMUNIDADE.



## **VARIABILIDADE CINEMÁTICA DA CORRIDA: UMA ANÁLISE EXPLORATÓRIA DAS CARACTERÍSTICAS DE TREINAMENTO E INDIVIDUAIS**

Maiara Pasquali Rech (VOLUNTÁRIO), Helen Spadari, Guilherme Auler Brodt  
(Orientador(a))

A cinemática da corrida apresenta substancial variabilidade interindividual, a qual pode ser influenciada tanto por características relacionadas ao treinamento quanto por características individuais. Este estudo exploratório teve como objetivo examinar possíveis fontes de variabilidade cinemática da corrida em corredores recreacionais. Trinta e oito corredores recreacionais com experiência competitiva foram submetidos à avaliação cinemática tridimensional da pelve, quadril, joelho e tornozelo durante corrida em esteira, em ritmo autorrelatado de melhor desempenho pessoal em competição. Os participantes foram estratificados de acordo com o volume semanal de treinamento, sexo, participação em treinamento cruzado, participação em treinamento resistido, participação em corrida cross-country, experiência em corrida e principal distância de prova. Realizada uma análise multivariada de variância entre grupos (MANOVA) para amostras independentes para explorar diferenças entre os subgrupos. Foram identificadas várias diferenças específicas entre os subgrupos. Corredores com menor volume semanal de treinamento demonstraram menor extensão do quadril durante a fase de balanço, menor rotação externa e interna do tornozelo durante a fase de apoio e menor rotação externa do tornozelo durante a fase de balanço. Corredores do sexo masculino apresentaram maior rotação interna do joelho durante a fase de apoio. A participação em treinamento cruzado foi associada a maior elevação pélvica durante a fase de apoio, maior depressão pélvica durante a fase de balanço e maior abdução do tornozelo durante a fase de apoio, enquanto a prática em treinamento de cross-country foi associada menor abdução do tornozelo durante a fase de balanço e menor rotação externa do tornozelo durante a fase de apoio. Corredores com menos de oito anos de experiência demonstraram maior extensão do joelho durante a fase de balanço, menor rotação interna do joelho durante a fase de apoio e maior rotação externa do joelho durante a fase de balanço. Esses achados sugerem que características relacionadas ao treinamento e características individuais podem contribuir para a variabilidade da cinemática da corrida. Considerando a natureza exploratória do estudo, as associações observadas devem ser interpretadas como geradoras de hipóteses e podem auxiliar no direcionamento de futuras investigações sobre os determinantes dos padrões de movimento na corrida.

Palavras-chave: Biomecânica, Cinemática, Corrida

Apoio: UCS, CNPq