

ANÁLISE DA ESTRUTURA DE REDES DE ASPECTOS NUTRICIONAIS E APTIDÃO FÍSICA DE JOVENS ATLETAS DE VOLEIBOL

Felipe Costa Gouveia¹, Victor Hugo Amaral de Alcantara², Ramilla Aguiar Bezerra³, Hudday Mendes da Silva⁴

Resumo: Os aspectos nutricionais exercem influência direta sobre a aptidão física e o rendimento esportivo, sobretudo na adolescência, fase marcada por intensas transformações fisiológicas e corporais. A manutenção de uma composição corporal adequada favorece a eficiência dos movimentos, a força e a resistência, enquanto o acúmulo de gordura pode comprometer o desempenho e aumentar o risco de fadiga precoce. Este estudo teve como objetivo relacionar os aspectos nutricionais com a aptidão física de jovens atletas de voleibol, a partir da análise de redes. A pesquisa caracterizou-se como descritiva e exploratória, realizada com 27 adolescentes (média de $15,3 \pm 3,4$ anos) participantes do projeto de extensão vinculado ao Centro de Desenvolvimento de Voleibol do Cariri (CDV), do Departamento de Educação Física da Universidade Regional do Cariri (URCA). Foi aplicado um questionário socioeconômico, no qual os participantes forneceram informações pessoais e esportivas. A aptidão física foi avaliada pela bateria de testes do Projeto Esporte Brasil – PROESP-BR (2021), composta por medidas antropométricas (massa corporal, estatura, índice de massa corporal e percentual de gordura) e testes de desempenho: corrida de 20 metros (velocidade), arremesso de medicine ball (força de membros superiores), abdominal (resistência muscular) e corrida de seis minutos (aptidão cardiorrespiratória). Os dados foram analisados por estatística descritiva (média e desvio-padrão) e análise de redes com o estimador EBICglasso no software JASP (versão 0.95.3), sendo estimadas a matriz de peso e os índices de centralidade. Os resultados evidenciaram conexões relevantes entre variáveis nutricionais e da aptidão física, com o índice de massa corporal (IMC) e o percentual de gordura (%G) apresentando maior centralidade na rede e atuando como mediadores das demais relações. O IMC mostrou maior peso de ligação com a força de membros superiores (0,78) e resistência abdominal (0,65), enquanto o %G apresentou correlações negativas mais intensas com a aptidão cardiorrespiratória (–0,72) e a velocidade (–0,68). Conclui-se que níveis elevados de adiposidade reduzem o desempenho em

¹ Universidade Regional do Cariri, email: felipe.gouveia@urca.br

² Universidade Regional do Cariri, email: victor.amaral@urca.br

³ Universidade Regional do Cariri, email: ramilla.aguiar@urca.br

⁴ Universidade Regional do Cariri, email: hudday.mendes@urca.br

X SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA
XXVIII SEMANA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA URCA
10 a 14 de NOVENBRO de 2025

Tema: “UNIVERSIDADE E SOCIEDADE NA AGENDA 2030”



tarefas que exigem potência e resistência, ao passo que um IMC equilibrado favorece a execução de gestos motores específicos do voleibol.

Palavras-chave: Aptidão física. Voleibol. Composição corporal.

Agradecimentos:

Agradecemos a Universidade Regional do Cariri, a FUNCAP e ao Núcleo de Pesquisa em Atividade Física, Esporte e Saúde (NUPAFES)