



## Revista Brasileira de CIÊNCIAS DO ESPORTE

[www.rbceonline.org.br](http://www.rbceonline.org.br)



### ARTIGO ORIGINAL

# Comparação da prevalência de métodos de perda de peso pré-competição em judocas de diferentes categorias



Rafaello Pinheiro Mazzoccante<sup>a</sup>, Ioranny Castro de Sousa<sup>a</sup>,  
Lucas Cezar Vilela Mendes<sup>b,\*</sup>, Milena Cristina Vilela Mendes<sup>c</sup> e Ricardo Yukio Asano<sup>d</sup>

<sup>a</sup> Universidade Católica de Brasília, Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Educação Física, Brasília, DF, Brasil

<sup>b</sup> Universidade Católica de Brasília, Programa de Pós-Graduação Lato Sensu em Fisiologia do Exercício, Brasília, DF, Brasil

<sup>c</sup> Sociedade de Ginástica Porto Alegre (Sogipa), Porto Alegre, RS, Brasil

<sup>d</sup> Fundação Municipal de Ensino Superior de Bragança Paulista, Faculdade de Ciências e Letras de Bragança Paulista, Bragança Paulista, SP, Brasil

Recebido em 9 de março de 2013; aceito em 13 de setembro de 2014

Disponível na Internet em 28 de janeiro de 2016

#### PALAVRAS-CHAVE

Desempenho;  
Nutrição;  
Desidratação;  
Lutadores

**Resumo** Atletas de judô geralmente recorrem em períodos prévios às competições ao uso de métodos de perda de peso rápida. Essa prática tem como objetivo o benefício do atleta que competirá em uma categoria de menor peso e buscará recuperar o peso em um curto tempo entre a pesagem e a competição. Contudo, o uso dessa prática sem um acompanhamento profissional pode ser prejudicial à saúde do atleta.

**Objetivo:** Investigar os métodos e as estratégias usados para perda de peso em competidores de judô de nível nacional de diferentes categorias.

**Métodos:** 60 atletas de judô competidores de nível nacional de ambos os sexos de diferentes categorias (juvenil, júnior, sênior e master) responderam a um questionário com perguntas referentes ao uso ou não de métodos de perda de peso e quais são as estratégias de perda de peso frequentemente usadas no período pré-competitivo.

**Resultado:** 80% (juvenil), 69,6% (júnior), 88,9% (sênior) e 100% (master) usam métodos de perda de peso pré-competição, 70% (juvenil), 69,6% (júnior), 77,8% (sênior) e 77,7% (master) relataram ter o seu desempenho prejudicado pelo uso dessas estratégias.

**Conclusão:** Observou-se que uma quantidade bem elevada de atletas de judô, de diferentes categorias de idade, faz uso de métodos ou estratégias de perda de peso rápida. Esse fato demonstrou ter efeito deletério direto sobre o desempenho físico e emocional dos atletas durante as competições.

© 2015 Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte. Publicado por Elsevier Editora Ltda. Todos os direitos reservados.

\* Autor para correspondência.

E-mail: [lucasvilelamendes@hotmail.com](mailto:lucasvilelamendes@hotmail.com) (L.C.V. Mendes).

**KEYWORDS**

Performance;  
Nutrition;  
Dehydration;  
Fighters

**Comparison of prevalence of methods of weight loss pre-competition in different categories**

**Abstract** Judo athletes often use in previous periods of competitions, methods for rapid weight loss. This purpose of this practice is benefit the athlete, competing in a lower weight category and tries to regain weight in a short space of time between the weigh-in and competition. However, the use of this practice without professional supervision may be harmful to the health of the athlete.

**Objective:** Investigate the methods and strategies used for weight loss in judo competitors at the national level and different categories.

**Methods:** 60 athletes the national levels, male and female, of different ages (juvenile, junior, senior and master) answered a questionnaire regarding the use or not of methods for weight loss and what are the strategies loss weight often used in the pre-competition period.

**Results:** 80% (juvenile), 69.6% (junior), 88.9% (senior) and 100% (master) use methods of weight loss pre-competition, and 70% (juvenile), 69.6% (junior), 77.8% (senior) and 77.7% (master) reported their performance impaired by the use of these strategies.

**Conclusion:** We found that a much higher judo athletes from different age categories, makes use of methods or strategies for rapid weight loss. This fact has shown a direct deleterious effect on the physical and emotional performance of athletes during competitions.

© 2015 Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte. Published by Elsevier Editora Ltda. All rights reserved.

**PALABRAS CLAVE**

Actuación;  
Nutrición;  
Deshidratación;  
Luchadores

**Comparación de la prevalencia los métodos de pérdida de peso antes de la competición de los judocas de las diferentes categorías**

**Resumen** Los judocas en los períodos anteriores a las competiciones a menudo usan métodos de pérdida de peso rápida. Esta práctica tiene como objetivo beneficiar el hecho de que el judoca compita en una categoría de peso inferior y trate de recuperar el peso en un corto espacio de tiempo entre el pesaje y la competición. Sin embargo, el uso de esta práctica sin supervisión profesional puede ser perjudicial para la salud del deportista.

**Objetivo:** Investigar los métodos y estrategias utilizados para la pérdida de peso en la competición de judo a nivel nacional en distintas categorías.

**Métodos:** 60 competidores de judo a nivel nacional de ambos sexos y distintas categorías (juvenil, júnior, sénior y máster) respondieron a un cuestionario sobre el uso de métodos para bajar de peso o no, y cuáles son las estrategias de pérdida peso utilizadas con frecuencia en el período previo a la competición.

**Resultados:** El 80% (juvenil), el 69,6% (júnior), el 88,9% (sénior) y el 100% (máster) utilizan métodos de pérdida de peso antes de la competición, y el 70% (juvenil), el 69,6% (júnior), el 77,8% (sénior) y el 77,7% (máster) comunicaron que sus resultados se vieron afectados por el uso de estas estrategias.

**Conclusión:** Se observó que diversos atletas de distintas categorías de edad utilizaron métodos o estrategias para perder peso rápidamente. Este hecho ha demostrado un efecto directo perjudicial sobre el rendimiento físico y emocional de los atletas durante las competiciones.

© 2015 Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte. Publicado por Elsevier Editora Ltda. Todos los derechos reservados.

**Introdução**

O judô é um dos esportes mais praticados no Brasil. Tem como peculiaridade o confronto entre dois oponentes que buscam vencer o combate dentro de regras específicas e para equilibrar as lutas os atletas são divididos em categorias de peso e idade (Carazzato et al., 1996). Os torneios

nacionais são competitivos, as diferenças técnicas entre os lutadores são mínimas. Assim, estudos demonstram que o uso de perda de peso pré-competição é comum entre atletas de judô no Brasil (Lopes et al., 2012).

O método de perda de peso pré-competição tem o objetivo de competir contra atletas mais leves (Artoli et al., 2007). Supostamente, os judocas poderiam se beneficiar,

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/4085833>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/4085833>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)