



Título:	FISIOLOGIA E EXIGÊNCIAS BIOMECÂNICAS DO SKATEBOARDING		
Autores:	Pedro Augusto Rodrigues Pinto Miriam Beatriz Reckziegel		
Área	<input type="checkbox"/> Humanas <input type="checkbox"/> Sociais Aplicadas <input checked="" type="checkbox"/> Biológicas e da Saúde <input type="checkbox"/> Exatas, da Terra e Engenharias	Dimensão:	<input checked="" type="checkbox"/> Ensino <input type="checkbox"/> Pesquisa <input type="checkbox"/> Extensão <input type="checkbox"/> Inovação
Resumo:			
<p>O <i>skateboarding</i> é um esporte dinâmico, intermitente e de alta intensidade, que exige elevados níveis de coordenação motora, força e resistência. No Brasil, a modalidade apresenta grande popularidade, com milhões de praticantes, sendo o <i>street skate</i> a vertente mais difundida. Entre suas técnicas, o <i>ollie</i> é considerado a manobra fundamental, servindo como base para a execução de movimentos mais complexos, como <i>flips</i>, <i>grinds</i> e <i>gaps</i>. A compreensão dos aspectos fisiológicos, cinéticos e cinemáticos desse movimento é essencial tanto para a melhoria do desempenho quanto para a prevenção de lesões e o desenvolvimento de estratégias de treinamento específicas. Este trabalho teve como objetivo realizar uma análise integrada das demandas fisiológicas e biomecânicas do <i>skateboarding</i>, com ênfase no <i>ollie</i>, a partir de uma revisão da literatura existente. Para isso, foram consultados estudos nacionais e internacionais que investigaram as respostas fisiológicas dos skatistas, as características cinéticas e cinemáticas da manobra, bem como a contribuição da força muscular dos membros inferiores e da coordenação técnica para a performance. Os resultados evidenciam que o <i>skateboarding</i> apresenta predominância de esforços anaeróbicos, embora a capacidade aeróbica desempenhe papel relevante na recuperação entre tentativas e na manutenção do condicionamento físico em sessões prolongadas. Durante o <i>ollie</i>, a musculatura do corpo inferior, especialmente os extensores de joelho e quadril, é determinante para a altura e eficiência do salto. A literatura aponta que variáveis como a altura obtida em testes de <i>countermovement jump</i> (CMJ) estão fortemente relacionadas ao desempenho no <i>ollie</i>, sugerindo que fatores treináveis, como força explosiva e técnica, são decisivos. Do ponto de vista cinético, estudos mostraram que o <i>ollie</i> envolve dois picos principais de força de reação do solo: o primeiro durante o impulso inicial e o segundo com o impacto do <i>tail</i> no chão. Em aterrissagens, as forças podem variar de 2 a 5 vezes o peso corporal em obstáculos menores, ressaltando o risco de sobrecarga articular. Além disso, a análise da distribuição da força entre antepé e retropé demonstra que o impacto inicial é mais concentrado no antepé de maneira geral. No âmbito cinemático, a execução do <i>ollie</i> depende principalmente dos ângulos articulares dos membros inferiores, sobretudo da flexão do joelho da perna dianteira, enquanto tronco e membros superiores contribuem para a estabilização. A trajetória do centro de massa apresenta padrão parabólico, mas sofre ajustes constantes para manutenção do equilíbrio. Apesar da prática do <i>skate</i> ser assimétrica, a alternância entre diferentes bases (<i>fakie</i>, <i>switch</i>, <i>nollie</i>) contribui para reduzir desequilíbrios musculares relevantes. Conclui-se que o <i>ollie</i> é uma manobra que demanda elevado controle técnico, força e resistência, e cuja</p>			



eficiência depende de fatores biomecânicos e fisiológicos interdependentes. A análise integrada da literatura demonstra que compreender esses aspectos é fundamental para o aprimoramento da performance, prevenção de lesões e elaboração de intervenções no treinamento de skatistas. Dessa forma, este estudo contribui para ampliar a compreensão científica sobre o *skateboarding* e reforça sua relevância enquanto objeto de investigação acadêmica no campo da educação física e ciências do esporte.

Link do Vídeo:

<https://drive.google.com/file/d/18tEP9SY5bfYYRS7B5Pd3Lgcf0DluUJA/view?usp=sharing>