



faefid

faculdade de educação física e desportos



## Defesa do Trabalho de Conclusão de Curso

**Título:** Análise da relação entre ciclo menstrual e desempenho esportivo de atletas de natação.

**Discente:** Lara Fonseca Assis.

**Discente:** Rebecca Louise de Oliveira.

**Orientador:** Prof. Dr. Hiago Leandro Rodrigues de Souza.

**Coorientadora:** Profa. Ma. Géssyca Tolomeu de Oliveira.

**Data:** 05 de setembro de 2024.

**Horário:** 10:30h.

**Local:** Sala 3.

**Departamento:** FEF/FAEFID.

### Resumo:

A natação é um esporte que requer alta capacidade física e habilidades técnicas, influenciado por fatores fisiológicos, psicológicos e de treinamento. As atletas do sexo feminino enfrentam variações hormonais do ciclo menstrual que podem afetar significativamente seu desempenho, de forma distinta dos atletas masculinos. Neste sentido, o objetivo deste trabalho foi analisar a influência do CM no desempenho de atletas de natação ao longo de 4 semanas. Dez atletas do sexo masculino ( $14,50 \pm 0,50$  anos) e nove do sexo feminino ( $15,44 \pm 1,16$  anos), eumenorréicas e não usuárias de anticoncepcionais, participaram do estudo. Todos os atletas competiam em nível nacional. Durante quatro semanas, o desempenho esportivo foi avaliado através de um teste máximo contrarrelógio (1x100m) semanalmente. O acompanhamento do CM iniciou-se por uma análise hormonal e, posteriormente, as fases do CM foram estimadas por meio de cálculo. Mensalmente, a confirmação da ovulação foi realizada por meio de um teste de ovulação (LH) urinário. Análise descritiva, ANOVA *One-Way* e *Test t Student* foram utilizados, adotando  $p < 0,05$ . Para as comparações intragrupo, não foram observadas diferenças significativas no desempenho das atletas ao longo das fases do CM. Para as comparações intergrupos (atletas do sexo masculino e feminino), o desempenho não apresentou diferenças na primeira e segunda semanas, mas apresentou diferenças significativas na terceira ( $p=0,02$ ;  $t=2,4$ ) e quarta ( $p=0,02$ ;  $t=2,3$ ) semanas. Além disso, foi observado que as atletas do sexo feminino apresentaram menor modificação no desempenho ao longo das semanas. Não foram observadas diferenças significativas no desempenho das atletas ao longo das fases do CM. Ao comparar atletas do sexo masculino e



faefid

faculdade de educação física e desportos



feminino, o desempenho não apresentou diferenças significativas nas primeiras duas semanas, mas tornou-se significativamente diferente nas últimas duas semanas, com as atletas do sexo feminino apresentando menor modificação no desempenho, embora essas diferenças não sejam explicadas pelo CM.