

## ÍNDICE GERAL

ÍNDICE DE GRÁFICOS	V
ÍNDICE DE TABELAS	vi
ÍNDICE DE ANEXOS	vii
ABREVIATURAS	viii
CAPÍTULO I	1
INTRODUÇÃO	2
1.1. Apresentação e Pertinência do problema	2
1.2. Objectivos do Estudo	3
CAPÍTULO II	4
REVISÃO DA LITERATURA	5
2.1. Dimensão Energética – Funcional do Hóquei em Patins	5
2.1.1. Contribuição do sistema de energia imediata – ATP-CP (via anaeróbia aláctica)	6
2.1.2. Contribuição do sistema de energia a curto prazo – Glicólise (via anaeróbia láctica)	7
2.1.3. Contribuição do sistema de energia a longo prazo – via aeróbia	8
2.2. Maturação Sexual: Variável que influencia a capacidade anaeróbia em crianças	9
2.2.1. Idade cronológica x Idade biológica	9
2.2.2. Maturação sexual x Rendimento anaeróbio	11
2.3. Análise de estudos efectuados com jovens	14
2.3.1. Apresentação de alguns estudos sobre o estágio maturacional, em várias modalidades	14
2.3.2. Apresentação de alguns estudos realizados que envolvem a relação entre a maturação e a capacidade anaeróbia, em várias modalidades	15
2.4. Principais conclusões	18
2.5. Comentário Pessoal	19
CAPÍTULO III	20
METODOLOGIA	21
3.1. Caracterização da amostra	21
3.2. Métodos	22
3.2.1. Antropometria	22
3.2.1.1. Medidas antropométricas	22
3.2.2. Composição corporal	24
3.2.3. Avaliação do estágio maturacional	24
3.2.4. Teste anaeróbio de Wingate (WanT)	25
3.2.5. Pré-teste	27
3.3. Técnicas estatísticas utilizadas	27
3.3.1. Estatística descritiva	27
3.3.2. Estatística inferencial	27
CAPÍTULO IV	28
APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	29
4.1. <a href="#">Apresentação da amostra</a>	29

4.2. Variáveis do WanT	30
CAPÍTULO V:	34
CONCLUSÃO	35
CAPÍTULO VI:	37
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	38
<a href="#">ANEXOS</a>	

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1.</b> Distribuição da amostra por nível de prática desportiva e por nível posicional .....	29
---	----

## ÍNDICE DE TABELAS

<b>Tabela II.1.</b> Sequência das transformações pubescentes.....	12
<b>Tabela II.2.</b> Resultados sobre o estágio de maturação em jovens basquetebolistas	14
<b>Tabela II.3.</b> Resultados sobre o estágio de maturação em jovens futebolistas.....	14
<b>Tabela II.4.</b> Resultados sobre o estágio de maturação em jovens hoquistas.....	14
<b>Tabela II.5.</b> Relação entre a maturação e a capacidade anaeróbia em judocas .....	15
<b>Tabela II.6.</b> Relação entre a maturação e a capacidade anaeróbia em futebolistas	16
<b>Tabela II.7.</b> Relação entre a maturação e a capacidade anaeróbia em população escolar.....	17
<b>Tabela II.8.</b> Relação entre a maturação e a capacidade anaeróbia em hoquistas e patinadores .....	17
<b>Tabela III.1.</b> Distribuição da amostra por nível de prática desportiva e por nível posicional.....	21
<b>Tabela IV.1.</b> Caracterização da amostra. Apresentação dos valores médios e os respectivos desvios-padrão para a idade cronológica (anos), massa corporal (kg), altura (cm), somatório de pregas tricipital, subescapular, suprailíaca, crural, e geminal (mm) e índice de massa corporal (IMC) relativamente aos dois grupos em estudo.....	29
<b>Tabela IV.2.</b> Teste de Wingate. Apresentação dos valores médios e respectivos desvios-padrão para a potência anaeróbia máxima e capacidade anaeróbia relativas e absolutas, para os três níveis da amostra.....	30
<b>Tabela IV.3.</b> Teste de Wingate. Apresentação dos valores médios e respectivos desvios-padrão para a potência anaeróbia máxima e capacidade anaeróbia relativas e absolutas, no que respeita aos dois grupos em estudo.....	31
<b>Tabela IV.4.</b> Análise da covariância, tendo a idade cronológica como variável.....	32
<b>Tabela IV.5.</b> Análise da covariância, tendo a idade cronológica e o tamanho corporal como covariáveis.....	33

## ÍNDICE DE ANEXOS

**Anexo 1.** Grelhas de maturação sexual, segundo os critérios de Tanner (Fonseca, 2002)

**Anexo 2.** Avaliação de medidas antropométricas simples

**Anexo 3.** Análise estatística S.P.S.S