



EFEITO DE DUAS MODALIDADES ESPORTIVAS SOBRE ÍNDICES GEOMÉTRICOS DA MODULAÇÃO AUTONÔMICA CARDÍACA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES ESCOLARES

BRUNA THAMYRES CICCOTTI SARAIVA; EWERTON PEGORELLI ANTUNES; LUCAS APARECIDO BENETELLO; CLAUDIELE CARLA MARQUES DA SILVA; DIEGO GIULLIANO DESTRO CHRISTOFARO

Introdução: As doenças cardiovasculares são as que mais matam no mundo e acometem a população pediátrica. A literatura indica a prática esportiva a fim de melhorar parâmetros cardiovasculares. Estudos demonstram que a prática esportiva na infância e adolescência proporciona ganhos autonômicos na vida adulta. Porém, ainda não se sabe qual o melhor esporte para promover esses benefícios sobre a modulação autonômica cardíaca (MAC), ainda na fase infanto-juvenil. **Objetivo:** Analisar os efeitos de 12 semanas da prática de Judô comparada ao Jogos com bola (JCB) sobre índices geométricos da MAC de crianças e adolescentes. **Material e Métodos:** A amostra foi composta de 65 crianças e adolescentes (6 a 15 anos) matriculados em uma instituição filantrópica de Presidente Prudente-SP, no qual foram randomizados: 42 no Judô e 43 no JCB. Foi mensurada a MAC, os índices geométricos SD1 e SD2, por meio da variabilidade da frequência cardíaca por um frequencímetro da marca Polar modelo RS800CX. A intervenção teve a duração de 12 semanas, duas vezes por semana por 60 minutos. Nesses 60 minutos, os 10 iniciais eram destinados a aquecimento e alongamento, 40 minutos de exercícios específicos das modalidades e os 10 minutos finais de jogo ou combate e volta a calma. No Judô eram realizados golpes e exercícios específicos da modalidade como o amortecimento de quedas, imobilizações e projeções. No JCB foram trabalhados o futebol, voleibol, handebol e basquetebol. Foi realizado o teste Shapiro-Wilk, teste t independente ou seu correspondente não paramétrico, análise de variância (ANOVA) com medidas repetidas no segundo fator e o o Eta-Squared (η^2_p). As variáveis não-paramétricas foi calculado o logaritmo de base 10 para as análises e apresentadas em mediana e intervalo interquartil. Utilizou-se para as análises o SPSS versão 29.0 e a significância $<5\%$. **Resultados:** Não foram observadas diferenças entre os grupos no momento inicial. Após a intervenção, o Jogos com bola JCB apresentou aumento do SD1 [$M1=27\pm12$; $M2=36\pm16$; tempo p-valor= $0,03$; $\eta^2_p=0,08$] e aumento do SD2 [$M1=65\pm22$; $M2=92\pm41$; interação p-valor $<0,01$; $\eta^2_p=0,08$], quando comparado com Judô. **Conclusão:** Conclui-se que 12 semanas de JCB proporcionou aumento da MAC global, comparado ao Judô, de crianças e adolescentes.

Palavras-chave: **LUTAS; SAÚDE; CARDIOVASCULAR**