

## SUMÁRIO

	Página
LISTA DE TABELAS	iii
LISTA DE FIGURAS	iv
LISTA DE SIGLAS, ABREVIACÕES E SÍMBOLOS	vi
LISTA DE ANEXOS	vii
RESUMO	vii
ABSTRACT	ix
1 INTRODUÇÃO	1
2 REVISÃO DE LITERATURA	5
2.1 Características dos combates de judô	5
2.2 Avaliação de atletas de judô	7
2.3 Efeitos da perda rápida de peso sobre o desempenho aeróbio	13
2.4 Efeitos da perda rápida de peso sobre o desempenho anaeróbio	14
2.5 Efeitos da perda rápida de peso sobre a produção de força	19
2.6 Efeitos da perda rápida de peso sobre o perfil psicológico e a função cognitiva	19
2.7 Possível relação entre perda rápida de peso e transtornos alimentares	20
2.8 Efeitos da perda rápida de peso sobre o perfil hormonal e sobre o crescimento e desenvolvimento	21
2.9 Efeitos da perda rápida de peso sobre o sistema imunológico	26
2.10 Outros efeitos da perda rápida de peso sobre a saúde	28
3 OBJETIVOS	32
4 MÉTODOS	32
4.1 Estudo 1 – desenvolvimento e validação de um instrumento de avaliação dos procedimentos de perda rápida de peso e sua aplicação a uma ampla amostra de competidores de judô	33
4.1.1 Desenvolvimento do instrumento	33
4.1.2 Aplicação do questionário	36

4.1.3	Validade de conteúdo	37
4.1.4	Validade convergente	37
4.1.5	Validade discriminante	37
4.1.6	Reprodutibilidade	38
4.1.7	Aplicação do QPP	38
4.1.8	Análise estatística	38
4.2	Estudo 2 – efeitos da perda rápida de peso sobre o desempenho relacionado ao judô	39
4.2.1	Participantes	39
4.2.2	Desenho experimental	40
4.2.3	Avaliação antropométrica	41
4.2.4	Avaliação do desempenho	41
4.2.5	Análise da concentração plasmática de lactato e glicose	42
4.2.6	Desenvolvimento e validação do teste de <i>uchi-komi</i>	43
4.2.7	Análise estatística	45
5	RESULTADOS	46
5.1	Validade do QPP	46
5.2	Prevalência, magnitude e métodos de perda rápida de peso em atletas de judô	50
5.3	Verificação da validade do teste de <i>Uchi-Komi</i>	56
5.4	Efeitos da perda rápida de peso seguida de período de recuperação sobre o desempenho relacionado ao judô	58
6	DISCUSSÃO	65
6.1	Verificação da validade do QPP	65
6.2	Determinação da prevalência, magnitude e métodos de perda rápida de peso em competidores de judô	67
6.3	Verificação da validade do teste de <i>uchi-komi</i>	70
6.4	Efeitos da perda rápida de peso seguida por período de recuperação sobre o desempenho relacionado ao judô	73
7	CONCLUSÕES	79
8	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	80