

ANÁLISE COMPARATIVA ENTRE OS VALORES DE CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO E FREQUÊNCIA CARDÍACA MÁXIMA EM ESTEIRA E CICLOERGÔMETRO

PUDO M. A., PAVANELLI C., LOTUFO R.M., BARROS T.L. E BASSIT R.
CEMAFE-UNIFESP, São Paulo, Brasil

**XXI Simpósio Internacional de Ciências do Esporte, 21nd International
Symposium of Sports Sciences, São Paulo, 8-11 outubro, p. 62(1):1998.**

Resumo

Segundo alguns estudos o consumo máximo de oxigênio (VO_2 máx) é o maior em testes realizados em esteira em relação a cicloergômetro devido a massa muscular e a especificidade do gesto motor (Withers, R.T. et al., 1981; Hagberg, J.M., Giese M.D., and Schneider R.B., 1978).

Objetivo: comparar o VO_2 máx e a frequência cardíaca máxima (FCM) em ciclossimulador e em esteira rolante, avaliando atletas adaptados a ambos os tipos de exercício.

Material e Métodos: foram avaliados 10 triatletas de elite nacional do sexo masculino, (idade média $32,7 \pm 7,48$ anos e peso médio $71,37 \pm 3,88$ kg). Cada atleta realizou os testes até atingir os parâmetros para determinação do VO_2 máx na esteira rolante (Precor C962i), e no ciclossimulador (Cataye Cyclo Simulator) com intervalo de quatro dias entre cada teste. O protocolo para o teste em esteira, iniciou com velocidade de 9 km/h e incremento de 1 km/h, a cada minuto; para o teste com o ciclossimulador, a velocidade inicial de 28 km/h e incremento de 2 km/h a cada minuto, ambos com um período de 5 minutos na carga inicial. Os atletas utilizaram a relação coroa x catraca de 52 x 15 dentes em sua bicicleta de competição. Nas duas avaliações, foram monitorados as variáveis: frequência cardíaca (bpm), e consumo de oxigênio (l/min e $ml.kg^{-1}.min^{-1}$). Para a determinação do VO_2 máx foram utilizadas as variáveis: razão de troca gasosa ($RER \geq 1.1$), $FCM \geq 220 - idade \pm 10$ bpm, platô de consumo de O_2 e sinais objetivos de exaustão. Foi utilizado um analisador de gases Vacumed Vista-mini CPX com software Vista Turbo Fit 4.0 e FC foi monitorizada por um monitor Polar Vantage NV. Resultados: Médias e DP do VO_2 máx e FCM.

	VO_2 máx ($ml.kg^{-1}.min^{-1}$).	FCM (bpm)
BIC	$62,85 \pm 2,98$	$171,30 \pm 7,73$
EST	$70,70 \pm 3,87^*$	$178,30 \pm 10,26^{**}$
Diferença	11,10%	3,9%

(* , **) $p < 0,05$ (teste "t" pareado)

Conclusão: O treinamento das duas modalidades (corrida e ciclismo) não alteraram o VO_2 máx e a FCM em relação a literatura. Sugerindo portanto, que a massa muscular recrutada nos exercícios deve ser o fator determinante dos valores encontrados e não a especificidade.