

## PERFIL METABÓLICO COMPARATIVO DE REMADORES NA PROVA DE 2000 METROS, SIMULADA EM REMOERGÔMETRO

MATHEW MCLENDON, LIANE BERETTA\*, MARCELO PASSIANI, ROBERTO CONSTANTINO CARNEIRO, PAULO S. ZOGAIB, MÁRIO FARO, TURÍBIO LEITE DE BARROS

\*Bolsista da FAPESP, CEMAFE - UNIFESP, São Paulo, Brasil

XXII Simpósio Internacional de Ciências do Esporte, 22nd International Symposium of Sports Sciences, São Paulo, 7-10 outubro, p. 94(71):1999.

### Resumo

Em dois estudos separados, Hagerman et al. (1976, 1989) mostraram que o nível de lactato de remadores atinge um pico aos dois minutos numa simulação de uma prova de 2000m, e que isso foi uma consequência do primeiro minuto de esforço no teste. Os remadores testados demonstraram um estado elevado de metabolismo anaeróbio no início, havendo uma ligeira redução na carga e na concentração de lactato ao longo do teste. O objetivo do nosso estudo foi analisar as variações metabólicas que contribuem para diferenciar o desempenho de um remador de nível nacional e um remador de nível regional. Participaram deste estudo 10 remadores do sexo masculino, divididos em dois grupos de acordo com resultados obtidos em competições nacionais: 6 remadores com resultados expressivos nacionais (RN) (idade = 25, 83 ± 10,84 anos, altura = 177,5 ± 6,59 cm, peso = 79,97 ± 12,43 kg) e 4 remadores que competem no nível regional (RR) (idade = 18,75 ± 0,96 anos, altura 178,75 ± 7,80 cm, peso = 76,5 ± 12,15 kg) os quais foram submetidos a dois protocolos de esforço executados em um remoergômetro (Concept II, Modelo C, fator de ventilação 3). Com o auxílio de um analisador de gases (Vista Mini CPX), foram obtidos valores fisiológicos dos atletas referentes ao Consumo Máximo de Oxigênio (VO<sub>2</sub> max) e Limiar Anaeróbio (LA) durante o primeiro teste, e VO<sub>2</sub> durante o segundo teste. Os atletas passaram por um período de aquecimento de 5 minutos no remoergômetro antes do início de cada um dos protocolos. O primeiro protocolo consistiu em um teste de esforço progressivo, no qual, a partir de uma carga inicial de 100 W, os atletas foram orientados a remar continuamente e fazer incrementos de 25 W a cada minuto, até a exaustão. No segundo protocolo, executado 36 horas após o primeiro, os mesmos remadores foram submetidos a um teste de esforço máximo simulando uma prova de 2000m no remoergômetro. Observamos no teste de 200m (como mostra a tabela abaixo), que o RN sustentou uma carga média maior do que o RR e, concomitantemente, apresentou um RER médio maior e uma porcentagem mais alta do VO<sub>2</sub> médio/VO<sub>2</sub> no LA.

Concluimos que o RN trabalhou com um componente anaeróbio bem acima do RR, uma vez que os dois grupos mostraram um relação VO<sub>2</sub>/carga estatisticamente igual, mas o desempenho do RN foi melhor. Adaptações fisiológicas, como melhor tolerância e remoção de ácido láctico, e uma base aeróbia maior devido ao treinamento separam os dois grupos na simulação feita no remoergômetro.

Variáveis obtidas	RN	RR
RER médio – 2000m	1,1483 ± 0,079*	1,0575 ± 0,029
Carga média 2000m (Watts)	333,351 ± 18,819*	264,61 ± 44,443
% VO <sub>2</sub> médio 2000m/VO <sub>2</sub> LA	113,36 ± 6,47%*	102,28 ± 2,99%
VO <sub>2</sub> /carga (ml/min/watts)	13,620 ± 1,28	12,91 ± 1,55

\* Resultado significativo: Teste T ( p < 0,05)