

Estudo transversal do comportamento dos índices de avaliação funcional aeróbios em corredores em relação à idade cronológica.

Fabio Mahseredjian

Orientador: Prof. Dr. Turíbio Leite de Barros Neto

Co-orientador: Prof. Dr. Antonio Sérgio Tebexreni

Coordenador PG Reabilitação: Prof. Dr. José Roberto B. Jardim

Tese Universidade Federal de São Paulo, Escola Paulista de Medicina

Título de Doutor em Ciências da Saúde

2003

Resumo

Introdução: O processo de envelhecimento humano é marcado por uma redução significativa das funções fisiológicas do organismo. Há uma progressiva diminuição da capacidade funcional do sistema cardiovascular com o avanço da idade. **Objetivos:** Avaliar em um estudo transversal, o impacto da idade cronológica nos indicadores de aptidão funcional cardiorespiratório. Analisar as diferenças do comportamento dos índices de aptidão cardiorespiratório em relação a idade cronológica. **Material e métodos:** Foram avaliados 949 corredores do sexo masculino, divididos em seis faixas etárias distintas (idade variando de 16 a 69 anos). Foram determinados os índices de aptidão física, consumo máximo de oxigênio (VO_2 máx.), limiar anaeróbio (LA) e pulso máximo de oxigênio (pulso máx. O_2), através da análise das trocas gasosas em um Sistema de análise metabólico Vacumed (modelo Vista CPX Silver edition) em esteira ergométrica Imbramed (modelo ATL 10200), com monitorização da frequência cardíaca e do traçado eletrocardiográfico através do sistema computadorizado de ergometria ERGO-S (Dixtal-Brasil). **Resultados:** o VO_2 máx. ($\text{ml.Kg}^{-1}.\text{min}^{-1}$) declina com o avanço da idade cronológica ($r = -0,52$). A partir da terceira década de vida o LA e o pulso máx. O_2 decresce com a idade ($r = -0,40$ e $r = -0,24$, respectivamente). Quando expresso em % do VO_2 máx., observou-se diferenças significativas no aumento em percentual do LA, entre a segunda década de vida (71,3%) para a sétima década de vida (78,5%). A taxa de declínio do VO_2 máx. e do LA, quando expresso em valores absolutos foram de $-3,61$ e $-2,64 \text{ ml.Kg}^{-1}.\text{min}^{-1}.\text{década}$, respectivamente, e em valores relativos, as taxas de decréscimo do VO_2 máx. e do LA foram similares, $-5,6$ e $-6,0 \%$. década, respectivamente. **Conclusões:** Concluiu-se que a idade cronológica provoca impacto diferentes nos índices de aptidão física cardiorespiratórios. As taxas de declínio do VO_2 máx. são maiores em comparação às LA, quando expressas em valores absolutos.

Palavra chave: Limiar anaeróbio, Consumo máximo de oxigênio, Corredores, Envelhecimento.