

DETERMINAÇÃO DA POTÊNCIA E TRABALHO ANAERÓBIO EM ALL OUT DE 60 SEGUNDOS A PARTIR DA MENSURAÇÃO DE FORÇA E VELOCIDADE EM UM SISTEMA DE CAPTAÇÃO DE SINAIS NO EXERCÍCIO RESISTIDO.

Autores: Matheus Ubirajara Antunes Loureiro¹; Filipe Souza¹; Lucas Dantas Maia Forte¹; Pedro Paulo Menezes Scariot¹; Claudio Alexandre Gobatto¹.

Instituições: ¹Laboratório de Fisiologia Aplicada ao Esporte, Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Ciências Aplicadas, Limeira/SP.

Apoio: CNPQ.

INTRODUÇÃO: Vanhatalo e at al., (2006), propôs a realização de all-out em que se identificou uma potência estável no final do teste (PEFT), aproximada ao limiar metabólico, e W' referente a uma capacidade de trabalho anaeróbio, provinda das potências de valor superior a PEFT. **OBEJETIVO:** O presente estudo teve como objetivo analisar as correlações entre os valores de PEFT, W' e carga máxima obtida no teste de uma repetição máxima (1-RM). **MÉTODOS:** Dez voluntários ($21 \pm 1,5$ anos; $83,5 \pm 8,0$ kg; $1,8 \pm 0,04$ m; $13,4 \pm 5,0$ %G) voluntários treinados realizaram o teste de 1-RM, e o teste de All Out de 60 segundos adaptado com uma célula de carga ao supino reto. E com o processamento de sinais obtidos da célula de carga foi possível mensurar força, velocidade e potência em todos os testes por meio de uma calibração, em que se obtiveram os valores de W' e PEFT. Sendo assim foi realizado o teste de correlação entre os valores de W' , PEFT e 1-RM. **RESULTADOS:** A média e desvio padrão obtidas pelos valores de W' , PEFT e 1-RM foram respectivamente de 6776 ± 2915 (J), $250 \pm 43,5$ (W), e $102,4 \pm 14$ (Kg). O coeficiente de correlação obtido entre W' e 1-RM foi de 0,22 ($P > 0,05$). E entre PEFT e 1-RM foi de 0,4 ($P > 0,05$). E entre W' e PEFT foi de 0,42 ($P > 0,05$). **CONCLUSÃO:** Que não necessariamente os valores de 1-RM, W' e PEFT estão correlacionados.

REFERÊNCIAS

BURNLEY, M; DOUST, JH; VANHATALO, A. **A 3-min all-out test to determine peak oxygen uptake and the maximal steady state.** Medicine and Science in Sports and Exercise V. 38:1995-2003, 2006.

PAPOTI, M; VITÓRIO R; VELOSA, AB; CUNHA, A; SILVA, ASR; MARTINS, LEB; GOBATO, CA. **Uso de células de carga para mensuração da força dos membros inferiores em nado ondulatório.** Revista Portuguesa de Ciências do Desporto. V.7: 313-318, 2008.

SCARIOT, PPM; GOBATO, CA; ARAÚJO, GG; dos REIS IGM; SANTIAGO, PP. **Determinação da força crítica e capacidade de impulso anaeróbio em exercício resistido no supino reto e teste wingate adaptado.** In Congresso de Iniciação Científica UNESP. p 07131- 07134, 2009.