

CAPACIDADE AERÓBIA DE ATLETAS DE RUGBI EM CADEIRA DE RODAS ATRAVÉS DE UM TESTE DE 12 MINUTOS NA QUADRA

Luis Felipe C. C. de Campos⁵, Jose Irineu Gorla¹, Lucinar Jupir F. Flores², Décio Roberto Calegari², Anselmo de Athayde Costa e Silva^{3,4}, Mateus Campana^{3,4}.

FEF/UNICAMP/Campinas/SP/Brasil. ¹ Prof. Dr. ²Doutorando ³Pós-Graduando ⁴bolsista de mestrado, CNPq.

felipino@hotmail.com - ⁵ Graduação.

Introdução: A capacidade em absorver, transportar e fazer uso do oxigênio como principal gerador de energia durante a prática de atividade física é determinada como capacidade aeróbia, para quantificar essa capacidade é utilizado o VO_{2max} , o qual quantifica o consumo máximo de oxigênio durante a atividade física. Pela dificuldade de se realizar avaliações laboratoriais envolvendo a potência aeróbia em usuários de cadeira de rodas, foram desenvolvidos alguns testes de campo que apresentassem indicativos válidos para avaliar a aptidão física relacionada à resistência cardiorrespiratória. Esses testes são relativamente atraentes por combinarem funcionalidade com facilidade operacional (Neder & Nery, 2003). **Objetivo:** Avaliar a capacidade aeróbia em atletas tetraplégicos praticantes de rúgbi em cadeira de rodas através de um protocolo de 12 minutos na quadra em cadeira de rodas. **Metodologia:** Participaram do estudo 10 atletas tetraplégicos praticantes de rúgbi em cadeira de rodas (lesões de C4 a T1). Todos os participantes do estudo eram homens com faixa etária variando de 20 a 35 anos de idade, além disto, todos assinaram um termo de consentimento livre esclarecido para a participação no estudo. Para este teste, foram utilizadas cadeiras de rodas esportivas, quadra de piso rígido não escorregadio, na qual um retângulo com medidas de 25x15m foi delimitado, 12 cones, um cronômetro. Nesse retângulo, foram colocados cones em cada uma das extremidades e também, a cada 2 metros de seus respectivos vértices, formando um retângulo com perímetro 75,32 metros. Após a realização do teste, a distância percorrida foi inserida na equação proposta por Franklin et. al. (1990), onde se obteve o VO_{2} máximo estimado de cada atleta e a classificação do mesmo. **Resultados:** Em relação à idade a média do grupo foi de $27 \pm 1,7$ anos. À distância percorrida em cadeira de rodas no teste de 12 minutos variou de 783,2, metros a 2069,64 metros com o grupo chegando a média de $1425,9 \pm 154,3$ metros. Através da análise proposta por Franklin et al., (1990) observou-se que 5 atletas obtiveram a classificação “médio” em relação ao VO_{2} máximo estimado; 3 atletas classificaram-se como “abaixo da média” e os outros 2 atletas classificaram-se como “pobre”. A média de consumo máximo de oxigênio foi de $15,4 \pm 2,9$ ml/kg/min, com variação de 3,53 ml/kg/min a 27,36 ml/kg/min neste grupo tetraplégico estudado. **Conclusão:** Através dos resultados coletados observa-se que 50% dos atletas participantes deste estudo estão dentro de uma faixa média para usuários de cadeira de rodas. Vale ressaltar que há uma tendência em correlação negativa entre o VO_{2} máx e a altura da lesão, ou seja, quanto mais alta a lesão menor o VO_{2} máx. Amostras mais numerosas são necessárias para diagnosticar e organizar aspectos inerentes da reabilitação ou desenvolvimento de melhor aptidão física, mas os resultados acima direcionam para eventuais estudos posteriores.

Palavras-Chaves: Capacidade aeróbia, Tetraplégicos, Teste em quadra com cadeira de rodas.