

INTRODUÇÃO

Métodos diretos em natação (com esnorquel, Figuras 1 e 2) para medida de consumo de oxigênio (padrão ouro); **Objetivo:** identificar influência de familiarização prévia ao uso de esnorquel de natação, como uma restrição à tarefa de respiração em resultados de testes utilizando o esnorquel *Aquatrainer*.

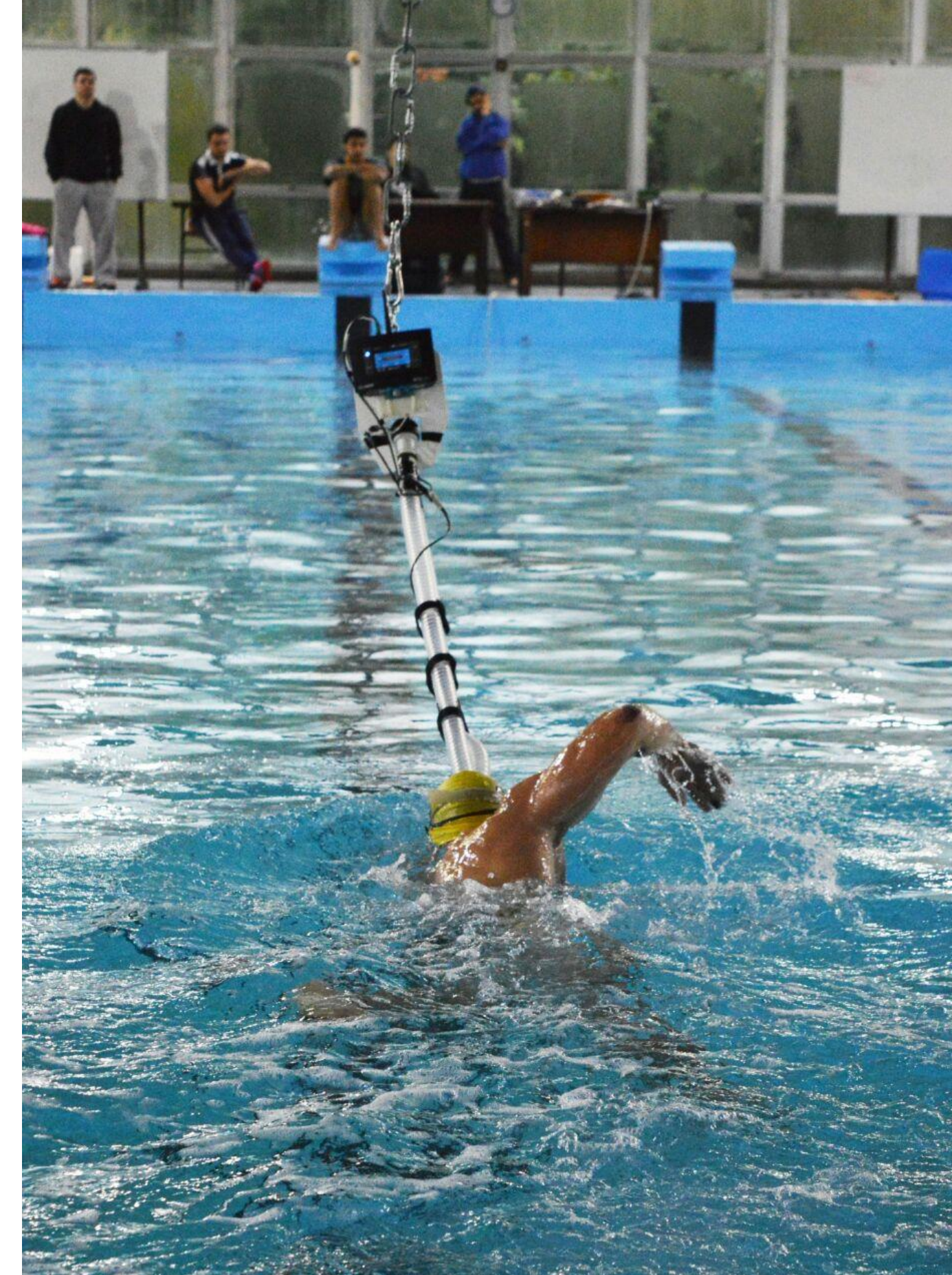


Figura 1 (acima) e **Figura 2** (ao lado): colocação e utilização de esnorquel para medida de consumo de oxigênio em natação.

MÉTODOS

15 nadadores competitivos do sexo masculino; grupo experiente (GE, n = 11) e grupo inexperiente (GI, n = 4) no uso de esnorquel. TCLE; medidas antropométricas; dados prévios de desempenho; aquecimento utilizando esnorquel frontal comum de treinamento; 200 m utilizando o Aquatrainer®; Teste de 400 m máximos (T400m com esnorquel); dados comparados com a aplicação de um teste t de Student (alfa = 0,05). Tamanhos de efeito identificados, quando constatadas diferenças, com a estatística d de Cohen utilizando-se as médias e desvios-padrão, critérios de classificação propostos por Hopkins (2000).

RESULTADOS

Tabela 1 mostra o desempenho (T400) com e sem esnorquel, variação percentual (Delta%) e tamanho de efeito (d de Cohen) para ambos os grupos.

Tabela 1 – Resultados de tempo e variação.

Grupo	T400m (s)	T400m com esnorquel (s)	Delta %
GI (n=4)	282,2 ± 11,4	344,0 ± 28,1	21,9
GE (n=11)	257,0 ± 16,6*	303,0 ± 21,5*	17,9
d de Cohen	1,76	1,21	0,4

Tabela 2 mostra o coeficiente de variação do desempenho e sua variação percentual para ambos os grupos.

Tabela 2 – Coeficientes de variação.

Grupo	CV T400m com esnorquel (s)	CV Delta %
GI (n=4)	8,18	42,28
GE (n=11)	7,11	23,70

GE: melhores resultados em T400m e T400m com esnorquel (p < 0,05); Tamanhos de efeito considerados grandes (HOPKINS, 2000); Experiência com esnorquel influenciou o desempenho.

CONCLUSÃO

Aquatrainer® leva a uma piora no desempenho; viradas simples, ausência de pernada submersa; se faz necessário que o nadador, experiente ou inexperiente passe por processo adaptativo, afim de minimizar os efeitos da utilização de esnorquel;

REFERÊNCIAS

- Castro F.A.S., Franken M., Silveira R.P., Mota C.B. Consumo de oxigênio na natação: diferentes metodologias e possibilidades de aplicação. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 18, n. 3, p. 88-93, 2010.
Hopkins WG. Measures of reliability in sports medicine and science. **Sports Medicine**, v. 30, n. 1, p. 1-15, 2000.