

443

RESPOSTAS CARDIORRESPIRATÓRIAS EM EXERCÍCIOS DE HIDROGINÁSTICA EXECUTADOS COM E SEM O USO DE EQUIPAMENTO RESISTIVO. *Stéphanie Santana Pinto, Cristine Lima Alberton, Mabel Micheline Olkoski, Márcio Eduardo Becker, Luiz Fernando Martins**Kruel (orient.) (UFRGS).*

O objetivo deste estudo foi analisar a frequência cardíaca (FC) e o consumo de oxigênio (VO_2) em exercícios de hidroginástica, executados com e sem o uso de equipamento resistivo. A amostra foi composta por seis mulheres jovens, que participaram de três sessões de avaliação. Na primeira sessão, foram realizadas medidas corporais e teste de VO_2 máximo. Nas demais sessões foram realizados os exercícios deslize lateral (DL) e deslize frontal (DF) no meio aquático (temperatura=32, 5°C), com intervalo mínimo de 48h. Cada exercício foi realizado durante 4 minutos, nas seguintes situações: sem uso de equipamento resistivo (SEM), com uso do equipamento *aquafins* (AQF) e com uso do equipamento *aqualogger* (AQL), com intervalos de 30 minutos. Para a coleta de FC foi utilizado um frequencímetro S610, da marca POLAR e para a coleta do VO_2 foi utilizado um analisador de gases KB1-C, da marca AEROSPORT. Utilizou-se ANOVA para medidas repetidas, *post hoc* de Bonferroni e teste t pareado, com $p < 0,05$ (SPSS vs 11.0). Ao compararmos as diferentes situações, o DF apresentou um aumento significativo da FC e do VO_2 nas situações AQF (151, 94±23, 29 bpm; 22, 31±5, 88 ml.kg⁻¹.min⁻¹) e AQL (147, 94±23, 25 bpm; 22, 26±5, 87 ml.kg⁻¹.min⁻¹) comparado com a situação SEM (131, 03±18, 30 bpm; 17, 77±4, 70 ml.kg⁻¹.min⁻¹), enquanto que o DL só apresentou aumento significativo da FC nas situações AQF (124, 78±5, 65 bpm) e AQL (118, 67±3, 30 bpm) comparado com SEM (110, 06±4, 90), sem diferença significativa no VO_2 (15, 00±1, 23; 13, 84±2, 30; 13, 06±2, 16 ml.kg⁻¹.min⁻¹, respectivamente). Ao compararmos os diferentes exercícios, todas as situações apresentaram um comportamento mais elevado da FC e do VO_2 para o DF comparado ao DL. Dessa forma, podemos concluir que o uso de equipamento resistivo pode aumentar a magnitude das respostas de FC e VO_2 , entretanto essas respostas dependem da escolha do exercício na água.