

229

COMPARAÇÃO ENTRE O LIMIAR ANAERÓBIO DETERMINADO A PARTIR DE UM TESTE ERGOESPIROMÉTRICO E UM TESTE DE CAMPO EM ATLETAS PÚBERES E PÓS PÚBERES DE FUTEBOL.

Giovani dos Santos Cunha, Felipe Garcia Celia, Felipe Paiva Endres, Gabriel Gustavo Bergmann, Hilário Melo Júnior, Rafael Heimann Baptista, Jerri Luiz Ribeiro, Alvaro Reischak de Oliveira (orient.) (Departamento de Educação Física, Escola de Educação Física, UFRGS).

Atualmente, existem várias maneiras de prescrever e controlar o treinamento desportivo. Entretanto, muitas destas formas mais eficazes possuem um custo elevado. Desta forma, é extremamente importante possuir meios de avaliação e prescrição com custo acessível para os profissionais da área de Educação Física. O objetivo deste trabalho foi verificar a validade de um teste de campo para a determinação do limiar anaeróbio em atletas púberes e pós-púberes de futebol. Participaram deste estudo 18 atletas de futebol de elite, sendo 9 púberes e 9 pós-púberes. O estudo foi de caráter transversal e foi realizado em 3 etapas: 1ª- avaliação do limiar ventilatório através de teste ergoespirométrico em circuito aberto, em esteira; 2ª- determinação da velocidade de corrida no limiar anaeróbio através de um teste de campo (Tanaka, 1986); 3ª- avaliação do consumo de oxigênio e da FC na esteira com a velocidade obtida no teste de campo. Como resultados foi verificado que existe diferença estatisticamente significativa ($p < 0,05$) no consumo de oxigênio de limiar da 1ª avaliação com o consumo de oxigênio da 3ª avaliação, onde foi utilizada a velocidade de corrida no limiar anaeróbio obtida através do teste de campo, tanto para púberes quanto para pós-púberes. Em relação a FC de limiar, não foi encontrada diferença significativa entre os púberes ($p > 0,05$) quanto as mesmas avaliações. Entretanto foi encontrada para os pós-púberes diferença significativa ($p < 0,05$). Assim concluímos que, quanto ao consumo de oxigênio, a velocidade obtida no teste de campo subestima o limiar anaeróbio de jogadores púberes e pós-púberes de futebol. Já para a FC, ocorre o mesmo para os pós-púberes. No entanto, para os púberes a FC pode ser utilizada com um bom indicador para a prescrição de treinamento no limiar anaeróbio. Contudo, mais estudos devem ser realizados para se ter uma melhor compreensão destes processos.