

040

ANÁLISE DA ATIVAÇÃO MUSCULAR E DA FORÇA NO PEDAL DESENVOLVIDA NA PEDALADA DE TRIATLETAS. *Carina H. W. Fraga, Cláudia T. Candotti, Antônio C. S. Guimarães.* (LAPEX – ESEF - UFRGS).

A técnica da pedalada de um triatleta foi estudada utilizando eletromiografia e dinamometria. Um triatleta participou do teste realizado em cicloergômetro adaptado (marca Ergo-fit), equipado com um pedal de competição instrumentado com “strain gauges”, desenvolvido na UFRGS. Foram mensuradas as forças normal e tangencial, bem como ativação neuromuscular, através da eletromiografia de seis músculos (glúteo máximo, bíceps femoral, reto femoral, vasto lateral, gastrocnêmio medial e tibial anterior). O protocolo de avaliação constituiu em pedalar três minutos a 60, 75, 90, 105 rpm e em cadência preferida pelo atleta. Para normalização da carga de trabalho utilizou-se o segundo limiar ventilatório, determinado através de teste de consumo máximo de oxigênio. Os dados obtidos através da eletromiografia coincidem com aqueles descritos na literatura para ciclistas, excetuando-se a ativação do músculo tibial anterior, que apresentou um pico de ativação na fase propulsiva. Os dados obtidos através da dinamometria indicam que os picos máximos das forças normal e tangencial ocorreram no segundo quadrante do ciclo da pedalada e que a magnitude da força normal foi aproximadamente 2,6 vezes maior que a força tangencial, em todas as frequências de giro estudadas. Os dados da eletromiografia sugerem uma técnica de pedalada do triatleta diferente do padrão típico de ciclistas. Isso pode significar um padrão próprio para triatletas ou um menor aproveitamento mecânico no gesto de pedalar. Essa questão será futuramente avaliada através da associação dos dados de eletromiografia e dinamometria. (PIBIC-CNPq).