

ALTERAÇÕES NA POTÊNCIA AERÓBIA DE MENINOS SUBMETIDOS A TREINAMENTO DE FORÇA. *Nórton Luís Oliveira***, Marcelo M. Sant'Anna**, Lucimére Bohn, Cinara B. dos Santos*, Carolina A. Collet, Álvaro R. de Oliveira* (Departamento de Desporto, Escola de Educação Física, UFRGS).

O objetivo deste trabalho foi verificar e comparar as alterações na potência aeróbia de meninos submetidos a um programa de treinamento de força com meninos não-treinados, já que na literatura alguns autores mencionam algumas alterações com esse tipo de treinamento e outros não. Os grupos experimental e controle classificados em pré-púberes (PP) e púberes (P), de acordo com os estágios maturacionais de Tanner, foram recrutados voluntariamente no Colégio Militar de Porto Alegre. Todos foram submetidos a avaliação médica prévia e somente participaram do estudo àqueles autorizados pelos pais, após ciência dos procedimentos da pesquisa. O treinamento teve duração de 12 semanas com frequência de 3 vezes semanais, consistindo de aquecimento, exercícios de força em aparelhos de musculação e alongamentos. Por conseguinte, para se atingir o objetivo da pesquisa foram mensurados, pré e pós-treinamento, o pico de consumo de oxigênio (VO_{2pico}), o peso corporal e massa corporal magra. Para a aquisição dos dados utilizou-se um ergoespirômetro (MedGraphics Cardiorespiratory Diagnostic Systems, modelo CPX/D), uma esteira Inbramed ATL 10200 em um protocolo de carga progressiva, e um aparelho de absorptometria radiológica de dupla energia (DXA), Lunar. Os resultados obtidos estão em fase final de análise. (*CNPq/PIBIC, **CAPES, ***Fapergs).