

# IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

## XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: "Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais"



### ESTIMATIVA DO CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO POR MEIO DE DIFERENTES MÉTODOS INDIRETOS

**Maria Betania Guedes da Silva<sup>1</sup>, Camila Fagundes Martins<sup>2</sup>, Ana Thais Silva de Oliveira<sup>3</sup> Cicera Aline Pereira da Silva<sup>4</sup>, Clara Yasmim Da Silva Nascimento<sup>5</sup>, Rosiene Silva Lima<sup>6</sup>, Simonete Pereira da Silva<sup>7</sup>**

**Resumo:** O consumo máximo de oxigênio ( $Vo_{2max}$ ) pode ser definido como a capacidade máxima de captação (pulmões), transporte (coração e vasos) e utilização do oxigênio (principalmente pelos músculos) durante o exercício dinâmico, envolvendo grande massa muscular corporal. O objetivo deste trabalho é descrever os resultados obtidos por diferentes métodos indiretos, que mensuram o consumo máximo de oxigênio em acadêmicos do Curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri - URCA. Neste trabalho foi desenvolvido um estudo com abordagem quantitativa, de caráter descritivo com base em referências bibliográficas. Para coleta de dados, foram aplicados alguns protocolos de testes que estimam o  $Vo_{2max}$  do indivíduo. Os protocolos escolhidos para a bateria de testes foram: banco de KATCH & MACARDLE; teste de corrida de 12 minutos (COOPER); teste de vai e vem e o banco eletrônico de Cirilo (SOUSA, 2001). Os resultados apresentam valores médios e de desvio padrão, referente aos testes de vai e vem (20m) de LÉGER & LAMBERT (1982), teste de 12 minutos, submáximo de (KATCH & MACARDLE) e Banco eletrônico de Cirilo. Foram observados valores aproximados com relação ao  $Vo_{2max}$  entre os testes avaliados, na qual o teste de 12 minutos se sobressaiu com  $39,88 \pm 8,72$ , seguido do teste de vai e vem de 20 metros com  $39,29 \pm 7,01$ , teste de banco de MACARDLE com  $37,91 \pm 12,65$ , e por último o teste de banco de Cirilo com  $28,66 \pm 3,67$ . No que diz respeito ao consumo máximo de oxigênio, pode se concluir que todos os testes realizados atingiram resultados significativos e com relação à maior média obtida pelos testes, segue a seguinte sequência: teste de 12 minutos, teste de vai e vem, teste de banco e por último o teste de banco eletrônico de Cirilo. Contudo, todos os testes indiretos aqui apresentados mensuram o  $Vo_{2max}$  do indivíduo de maneira satisfatória e eficiente.

**Palavras-chave:** Capacidade aeróbica, Volume máximo de oxigênio, Aptidão física.

- 
- 1 Universidade Regional do Cariri, email: guedesbetania70@gmail.com
  - 2 Universidade Federal do Cariri, email: camilafagundes5@gmail.com
  - 3 Universidade Regional do Cariri, email: anathais67@gmail.com
  - 4 Universidade Regional do Cariri, email: alinepsilva208@gmail.com
  - 5 Universidade Regional do Cariri, email: yasmiim.7878@gmail.com
  - 6 Universidade Regional do Cariri, email: rosyene12@gmail.com
  - 7 Universidade Regional do Cariri, email: simonete.pereira@urca.br