CORRELAÇÃO ENTRE A FORÇA MUSCULAR COM O TEMPO DE TESTE DE ESFORÇO CARDIOPULMONAR E O TEMPO ONDE OCORREU O LIMIAR VENTILATÓRIO 2 EM IDOSAS

Antonio Marcos Motta[1]; Ricardo Moreno Lima[2]; Tailce Kaley Moura[2]; Roberta Gabriela Oliveira Gatti[3]; Ricardo Jacó de Oliveira[4]

O envelhecimento é um processo inexorável e está associado com um declínio progressivo das funções fisiológicas, inclusive da força muscular que por muito tempo foi negligenciada pelos profissionais da área de saúde. Essa perda de massa muscular e força, fenômeno conhecido como sarcopenia, pode influenciar a capacidade aeróbia dessa população. Sendo assim, o tempo de teste e o tempo onde ocorreu o limiar ventilatório 2 (LV_2) em um teste de esforço cardiopulmonar (TEC) podem ser utilizados como parâmetros para avaliar a correlação dessas variáveis devido a sua magnitude como marcadores da capacidade funcional dessa população. O estudo exploratório teve como objetivo verificar a associação entre a força muscular com o tempo de TEC e o tempo onde ocorreu o LV_2 em mulheres na terceira idade. Esta é uma pesquisa de corte transversal composta por 176 idosas com média de idade de 66,7±5,46 anos. A avaliação cardiorrespiratória foi realizada por meio de um TEC conduzido até a exaustão voluntária e a força muscular foi avaliada utilizando-se o dinamômetro isocinético Biodex System 3 Pro (*Biodex Medical Systems, New York, USA*) do Laboratório de avaliação física e treinamento (LAFIT) da Universidade Católica de Brasília (UCB-DF). Para examinar a associação entre o fenótipo muscular força com as variáveis obtidas no TEC (tempo de teste e tempo no LV_2) foi empregado o coeficiente de correlação de Pearson com nível de significância com $p \leqslant 0,05$. Para os dados adquiridos de força muscular foram realizadas análises tanto com os valores absolutos como relativos ao peso corporal e para as variáveis da aptidão aeróbia, as análises incluíram tempo de teste e tempo onde ocorreu o LV_2. De uma forma geral, a força muscular absoluta correlacionou-se positiva e significativamente com o variável tempo de teste (0,33*) e tempo no LV_2 (0,42*), assim como a força relativa com o tempo de teste e tempo no LV_2 (0,31* e 0,42*), respectivamente. Com base nos resultados observados, a força muscular parece ser um bom indicativo de melhor desempenho aeróbio entre as mulheres idosas. No entanto, a literatura ainda permanece controversa. Sendo assim, são necessários mais estudos para que resultados mais conclusivos possam ser obtidos.

Palavras – chave: Limiar ventilatório, força muscular, aptidão aeróbica.

[1]Mestre pela Universidade Católica de Brasília (UCB) e Professor do Curso de Educação Física da Faculdade Maria Milza (FAMAM). profmarcos.physiology@gmail.com
[2]Mestre pela Universidade Católica de Brasília (UCB).
[3]Coordenadora e Professora do Curso de Educação Física da FAMAM
[4]Diretor do curso de pós-graduação Strictu-Senso da Universidade Católica de Brasília (UCB).