

186

**CORRELAÇÃO ENTRE ÍNDICE DE ESFORÇO PERCEBIDO E VARIÁVEIS CARDIORRESPIRATÓRIAS EM EXERCÍCIO DE HIDROGINÁSTICA EXECUTADO COM EQUIPAMENTO RESISTIVO.***Paula Finatto, Stéphanie Santana Pinto, Cristine Lima Alberton, Luiz Fernando Martins Kruehl (orient.) (UFRGS).*

O objetivo do presente estudo foi correlacionar o índice de esforço percebido geral (IEP) com a frequência cardíaca (FC), o percentual da frequência cardíaca máxima (%FC<sub>máx</sub>), o consumo de oxigênio (VO<sub>2</sub>), o percentual do consumo de oxigênio máximo (%VO<sub>2máx</sub>) e a ventilação (Ve). Onze mulheres jovens (idade: 22, 0±2, 0 anos, massa corporal: 58, 3±6, 5 kg, estatura: 163, 4±7, 0 cm, VO<sub>2máx</sub>: 2, 36±0, 25 l.min<sup>-1</sup>, FC<sub>máx</sub>: 194, 63±9, 22 bpm) realizaram o exercício deslize frontal combinado com a flexão e extensão horizontal de ombros na cadência de 60 bpm em três situações: com Aquafins<sup>o</sup> nos membros inferiores (FINS-MIs), com Aquafins<sup>o</sup> nos membros superiores (FINS-MSs) e com Aquafins<sup>o</sup> nos membros superiores e inferiores (FINS-MIs/MSs). Em todas as situações foi verificada a FC, o VO<sub>2</sub>, a Ve e o IEP. As medidas do %FC<sub>máx</sub> e do %VO<sub>2máx</sub> foram obtidas a partir de um teste de esforço máximo em esteira terrestre. Utilizou-se Correlação Linear de Spearman, com p<0, 05 (SPSS vs 13.0). Os dados demonstraram correlações regulares e significativas entre IEP e as variáveis VO<sub>2</sub> (r=0, 432; p=0, 012), %VO<sub>2máx</sub> (r=0, 405; p=0, 026) e Ve (r=0, 569; p=0, 001). Entretanto, a FC e o %FC<sub>máx</sub> não apresentaram correlações significativas com o IEP. Dessa forma, esses resultados indicam que o IEP apresenta uma associação com o VO<sub>2</sub> e a Ve e reflete a intensidade do exercício. Todavia, o uso de equipamento possivelmente faz com que o exercício seja influenciado pelo esforço percebido local da musculatura envolvida no mesmo, o que pode justificar os valores de correlações regulares. Por outro lado, a execução de exercícios combinando membros inferiores e superiores altera a FC, fazendo com que suas respostas sejam maiores que o VO<sub>2</sub> correspondente, e isso provavelmente interfere na sua associação com o IEP.