

## AValiação DA CAPACIDADE AERÓBIA EM USUÁRIOS DE CADEIRA DE RODAS (LESÃO BAIXA) ATRAVÉS DE UM TESTE DE 12 MINUTOS

Natacha Manchado PEREIRA, Lucinar J. F. FLORES, Mirella BAGDADI, Marcela A. Gonçalves da SILVA, Rafael VASCONCELLOS, Mariane BORGES, Fernando Rosch de FARIA, Márcio SADAÓ, Anselmo Costa e SILVA, José Irineu GORLA.

Faculdade de Educação Física – UNICAMP, Campinas, São Paulo, Brasil.

natacha\_mp@hotmail.com.br

**Introdução:** A capacidade aeróbia é definida como a forma de suprir oxigênio para os músculos ativos durante a prática de atividade física (Morrow Jr et al, 2003). Pela dificuldade de se realizar avaliações laboratoriais envolvendo a capacidade aeróbia em usuários de cadeira de rodas, foram desenvolvidos alguns testes de campo que apresentassem indicativos válidos para considerar a aptidão física relacionada à resistência cardiorrespiratória. Esses testes são relativamente atraentes por combinarem funcionalidade com facilidade operacional (Neder & Nery, 2003). **Objetivo:** Avaliar a capacidade aeróbia em usuários de cadeira de rodas (lesão baixa) através de um protocolo de 12 minutos em quadra. **Metodologia:** Participaram do estudo 09 usuários de cadeira de rodas (acometimento dos 2 membros inferiores – lesões abaixo de T1, pólio, amputações e outras doenças que tragam esta condição). No qual 04 eram mulheres. A variância de idade do grupo foi de 17 a 42 anos. Todos assinaram um termo de consentimento livre esclarecido para a participação no estudo. Para este teste, foram utilizadas cadeiras de rodas esportivas, quadra de piso rígido não escorregadio, na qual um retângulo com medidas de 25x15m foi delimitado, 12 cones, um cronômetro. Nesse retângulo, foram colocados cones em cada uma das extremidades e também, a cada 2 metros de seus respectivos vértices, formando um retângulo com perímetro 75,32 metros. Após a realização do teste, a distância percorrida foi inserida na equação proposta por Franklin et. al. (1990), onde se obteve o VO<sub>2</sub> máximo estimado de cada atleta e a classificação do mesmo. **Resultados:** Através do teste obtiveram-se a distância percorrida no teste, que variou entre 2189,28 metros e 1251,12 metros com média do grupo de 1823 ± 92,2 metros. Estes resultados em metros foram transformados em milhas e lançados na fórmula pra obtenção do VO<sub>2</sub> máx. de cada indivíduo. Os valores de VO<sub>2</sub> variaram entre 29,57 ml/kg/min e 12,20 ml/kg/min com média de 22,8±1,7 ml/kg/min. Estes resultados nos indicam através da classificação proposta pelo autor supracitado que 6 indivíduos apresentam capacidade cardiorrespiratória “média”; 1 indivíduo “bom” e 1 indivíduo “abaixo da média”.

**Conclusão:** Através dos resultados coletados observa-se uma tendência a mediana em relação a capacidade cardiorrespiratória por parte da amostra estudada conforme Franklin et al. (1990), cabendo ressaltar que todos os sujeitos que participaram da amostra são praticantes de modalidades esportivas adaptadas e este pode ser uma das explicações para os bons resultados gerais.

**Palavras-Chaves:** Capacidade aeróbia, Usuários de cadeira de rodas, Teste em quadra.