

173

**ANÁLISE DA FORÇA DE REAÇÃO DO SOLO EM PROFESSORES DE HIDROGINÁSTICA MINISTRANDO EXERCÍCIOS FORA D'ÁGUA.** Raquel H. Barcellos, Fernando Bender, Claudio Restano, Luiz F. M. Krueel, Alberto Tamagna (G.P.A.A. e L.V.D.E, Escola de Educação Física e Escola de Engenharia, UFRGS)

Apesar de reconhecidas, as altas forças de impacto associadas à execução de diferentes atividades esportivas e suas implicações nas lesões de membros inferiores, pouco têm sido investigado acerca dos níveis de sobrecarga na prática dos exercícios de hidroginástica por professores. O objetivo deste trabalho foi determinar os valores das forças de impacto em que os professores estão submetidos ao ministrarem os exercícios fora d'água. A amostra foi composta por nove indivíduos (3na faixa de peso entre 45 a 60 Kg, 3 entre 60 a 75 Kg e 3 entre 75 a 90 Kg), de ambos os sexos, professores de hidroginástica a no mínimo 6 meses. Foram utilizadas duas plataformas de força: uma fixa e a outra móvel. Na fixa, foram realizados os seis exercícios de hidroginástica (Manta I (M), Jacaré I (J), Lagosta I (L), Orca I(OR), Ono II (O) e Mahi-Mahi I (MH)) sorteados para este projeto. Na móvel realizaram-se: um jum-test (JT), uma caminhada (CA) e uma corrida (CR), sendo que estes dados serviram de comparação com os resultados obtidos nos exercícios a fim de classifica-los de alto ou baixo impacto. Para a análise dos dados utilizou-se a análise de variância e para a localização das diferenças, utilizou-se o teste de Tukey. Os resultados foram: M=2.66pc ±0.53<sup>bc</sup>pc, J=2.23pc±0.26<sup>b</sup>pc, L=2.25pc±0.38<sup>b</sup>pc, O=2.03pc±0.37<sup>b</sup>pc, OR=2.95pc±0.99<sup>bc</sup>pc, MH=2.33pc±0.25<sup>b</sup>pc, JT=3.77pc±1.91<sup>c</sup>pc, CA=0.84pc ±0.35<sup>a</sup>pc e CR=1.90pc±0.48<sup>ab</sup>pc. Analisando os dados foi possível concluir que J,L,O e MH são de alto impacto enquanto que M e OR são de altíssimo impacto. (PROPESQ e FAPERGS)