

O objetivo do estudo foi comparar as respostas cardiorrespiratórias máximas e submáximas, durante um teste máximo na corrida estacionária realizada no meio aquático, entre mulheres jovens (JO) e pós-menopáusicas (PM). Além disso, foi verificada a reprodutibilidade da frequência cardíaca referente ao 2º limiar ventilatório determinada pela curva de conconi e pelo método ventilatório. A amostra foi composta por 29 jovens e 27 pós-menopáusicas sedentárias. O teste máximo iniciava em uma cadência de 85 batidas por minuto ($\text{b}\cdot\text{min}^{-1}$) durante 3 min e após, eram realizados incrementos de $15 \text{ b}\cdot\text{min}^{-1}$ a cada 2 min, até o máximo esforço. Os valores de frequência cardíaca e consumo de oxigênio foram obtidos a cada 10 s por um frequencímetro e por um analisador de gases portátil, respectivamente. Utilizou-se os testes t para amostras independentes, *Wilcoxon de Mann-Whitney* e teste de correlação intraclassa (ICC), com $\alpha=0,05$. Foram encontradas diferenças significativas em todas as variáveis analisadas no estudo: consumo de oxigênio máximo (JO = $27,60\pm 5,07$; PM = $19,24\pm 3,29 \text{ ml}\cdot\text{kg}^{-1}\cdot\text{min}^{-1}$) e no 2º limiar ventilatório (JO = $19,79\pm 3,47$; PM = $15,04\pm 2,66 \text{ ml}\cdot\text{kg}^{-1}\cdot\text{min}^{-1}$), frequência cardíaca máxima (JO = $185,29\pm 8,74$; PM = $164,23\pm 13,60 \text{ bpm}$) e no 2º limiar ventilatório (JO = $163,07\pm 8,25$; PM = $140,67\pm 12,79 \text{ bpm}$), tempo de exaustão (JO = $10,77\pm 1,60$; PM = $8,98\pm 1,69 \text{ min}$) e no 2º limiar ventilatório (JO = $7,08\pm 1,38$; PM = $5,95\pm 1,33 \text{ min}$), cadência máxima (JO = 154 ± 14 ; PM = $140\pm 11 \text{ b}\cdot\text{min}^{-1}$) e no 2º limiar ventilatório (JO = 125 ± 11 ; PM = $114\pm 11 \text{ b}\cdot\text{min}^{-1}$). O valor do ICC para a frequência cardíaca no 2º limiar ventilatório determinada pela curva de conconi e método ventilatório foi forte e significativo (ICC = 0,90; $p<0,001$). Pode-se concluir que, para a prescrição da intensidade de um treinamento de hidroginástica utilizando percentual da frequência cardíaca, é necessária a aplicação de um teste máximo individual, visto que há diferenças no condicionamento físico entre os dois grupos estudados. Além disso, a frequência cardíaca referente ao 2º limiar ventilatório pode ser determinada pela curva de conconi em ambos os grupos.