

401

COMPARAÇÃO ENTRE PROTOCOLOS PARA DETERMINAÇÃO DO LIMAR ANAERÓBIO EM CANOISTAS DE RENDIMENTO. Fabiana Fernandes Vaz, Marcus Peikriszwili Tartaruga, Marcelo Coertjens, Caio Daniel Schmitt, Luiz Fernando Martins Kruehl (orient.) (UFRGS).

O limiar anaeróbio (LA) e a velocidade crítica (VC) têm sido utilizados na avaliação aeróbica e na prescrição de exercício em diversas modalidades esportivas como: natação, ciclismo e remo. Entretanto, na canoagem, poucos estudos têm utilizado a VC e o LA. O objetivo foi comparar e relacionar um método direto com um método indireto para determinação da velocidade no LA. O método indireto correspondeu às VCs determinadas pelo coeficiente angular da reta distância vs tempo, nas seguintes combinações: 200/500/1000; 200/500; 500/1000 e 200/1000m. O método direto utilizado foi o lactato mínimo (LM), consistindo da análise da curva lactato vs tempo. Sete canoístas entre 14 e 21 anos (massa: 64, 3+5, 7kg; estatura: 170+3, 2cm) percorreram as três distâncias, em intensidade máxima de esforço, para a determinação das VCs. Após uma semana, foi determinada a velocidade no LA, através do método do LM, onde os canoístas percorreram a distância de 200m em intensidade máxima de esforço e, em cinco intensidades submáximas (50, 60, 70, 80 e 90%). O lactato foi coletado no 1º, 3º e 5º minuto após o máximo esforço e um minuto após cada intensidade submáxima. Para comparação entre a velocidade no LA e as VCs foi realizado o teste T pareado de *Student* e, para a verificação da relação das mesmas, o coeficiente de determinação linear (r^2), com $p < 0,05$. Não foram encontradas diferenças significativas nos valores de velocidade no LA e na VC de 200/500m ($r^2 = 0,39$). Nas demais VCs, foram encontradas diferenças significativas: 200/500/1000m (0,51), 500/1000m (0,46) e 200/1000m (0,52). O método indireto de determinação da VC em canoístas de velocidade, na combinação de 200/500m, pode ser utilizado na predição da velocidade no LA, podendo ser considerado um índice de avaliação e prescrição de treinamento.