

CORRELAÇÃO ENTRE O LIMIAR DE COMPENSAÇÃO RESPIRATÓRIA (L2) E VO₂MAX EM CICLISTAS E TRIATHLETAS NA ESTEIRA E CICLOERGOMETRIA

Ana P. F. R., Marco A. B. A., Catia R.B. M., Homero N. S. J.

Introdução: O limiar ventilatório L2 ou de compensação respiratória tem sido amplamente usado como limite superior para prescrição do treinamento de resistência aeróbia, tanto para a prática do ciclismo como para a prática da corrida, através da ergometria e cicloergometria. Entretanto, a especificidade mostra a existência de pontos, respectivamente distintos à prática de cada uma das atividades, porém essa diferença não tem se mostrado significativa em praticantes de triathlon. **Objetivo:** Verificar se existe correlação entre o limiar ventilatório (L2) em triathletas e ciclistas na ergometria e na cicloergometria. **Materiais:** Um grupo experimental de 8 ciclistas (24,14±10,46 anos; 67,43±11,37 kg; 174,57±6,41 cm), que treinam pelo menos 5 vezes por semana e a pelo menos 2 anos, no qual foram realizados os seguintes testes: 1) Teste máximo de rampa na esteira ergométrica (INBRASPORT-ATL); 2) Teste máximo de rampa no cicloergômetro (Biotec-1800), onde foram determinados o VO₂max e o limiar ventilatório (L2), em ambos os ergômetros. Os parâmetros ventilatórios foram analisados através de um analisador metabólico (TEEM100, AEROSPORT). Para detectar o limiar ventilatório (L2) foi usada a técnica do V-slope. **Resultados:** O VO₂max mensurado na cicloergometria correspondeu a 97,95% (3,59±0,64 l.min⁻¹) do medido na ergometria (3,66±0,62 l.min⁻¹) e apresentou um coeficiente de correlação de Pearson forte (r=0,89). O coeficiente de correlação de Pearson mostrou-se forte para o consumo de oxigênio no limiar (r=0,70) entre a cicloergometria e ergometria (2,93±0,74; 3,30±0,77 l.min⁻¹, respectivamente) e a razão foi igual a 88,83%. Entretanto, a frequência cardíaca avaliada na ergometria e na cicloergometria (174±10,47bpm; 167,83±13,04bpm, respectivamente) no limiar apresentou um coeficiente moderado (r=0,48), mas uma razão de 96,45% entre ambas, porém a frequência máxima mensurada (187,29±9,21 bpm; 179,17±17,99) apresentou um coeficiente de correlação muito forte (r=0,97) e uma razão de 96,49% entre ambas. **Conclusão:** Apesar da especificidade o uso de ambos os ergômetros parece ter pouca influência na determinação do consumo máximo de oxigênio. Porém a determinação do limiar de compensação respiratória parece ser afetada pela especificidade do ergômetro, mas não pela habilidade motora, pois se mostrou maior na esteira rolante. Ainda serão feitos a coletas de dados dos triathletas e comparados com a dos ciclistas em ambos os ergômetros.