

Evento: COBRA F

Modalidade: PÔSTER

Tema: C01. Área Básica e Experimental Aplicada à Fisioterapia

ANÁLISE DA CAPACIDADE FUNCIONAL E ASPECTOS CARDIORRESPIRATÓRIOS DE CICLISTAS DE MOUNTAIN BIKE

ANDERSON MARTINS DA SILVA (ANDERSON M. DA SILVA) - UNIVERSIDADE CIDADE DE SÃO PAULO - UNICID - amsfisio@yahoo.com.br, JOSÉ MARTIM MARQUES SIMAS (JOSÉ M.M. SILVA) - FACULDADES INTEGRADAS DO VALE DO RIBEIRA - FVR/UNISEPE, Patrick Christhiano Santos Behenck (PATRICK C. S. BEHENCK) - FACULDADES INTEGRADAS DO VALE DO RIBEIRA - FVR/UNISEPE, Caique Emanuel Pontes Ozawa (CAIQUE OZAWA) - FACULDADES INTEGRADAS DO VALE DO RIBEIRA - FVR/UNISEPE, Rômulo Corrêa França (RÔMULO FRANÇA) - FACULDADES INTEGRADAS DO VALE DO RIBEIRA - FVR/UNISEPE, Marielly Fernanda Bonfim de Souza (MARIELLY BONFIM) - FACULDADES INTEGRADAS DO VALE DO RIBEIRA - FVR/UNISEPE

Introdução: O ciclismo é um esporte aeróbio praticado sobre uma bicicleta. Suas competições são caracterizadas por longa duração e longas distâncias a serem percorridas, com inclinações e declínios do terreno, assim exigindo do atleta uma maior capacidade respiratória e uma maior resistência corporal ao exercício. A Fisioterapia pode contribuir substancialmente na prevenção e recuperação funcional devido lesões, como também na potencialização do condicionamento cardiorrespiratório. **Objetivo:** Analisar a capacidade funcional e aspectos cardiorrespiratórios de ciclistas de mountain bike. **Método:** Trata-se de uma pesquisa exploratória e descritiva, com resultados quantitativos. Participaram 10 atletas praticantes do ciclismo de mountain bike do Vale do Ribeira-SP, do sexo masculino, com faixa etária de 27 a 42 anos. Foram coletados dados sociodemográficos e de aspectos da atividade esportiva por meio da aplicação de questionários semi-estruturados, sob a forma de entrevista. Foram realizados também análise do pico de fluxo expiratório e avaliação da capacidade submáxima funcional, por meio do teste de caminhada de seis minutos (TC6). Com o TC6 foi verificado o estado hemodinâmico e respiratório (pressão arterial, frequência cardíaca, frequência respiratória e saturação de oxigênio), nível glicêmico e limiar anaeróbio (lactacidemia) antes e após o teste em dois momentos, sendo imediatamente após e dez minutos depois ao término do teste. **Resultados:** No TC6, a distância média percorrida foi de 680,1m ± 60,69. Imediatamente após o TC6, as médias apresentadas foram: frequência cardíaca 76,5 ± 11,69 bpm, frequência respiratória 19,4 ± 2,11 irpm, pressão arterial sistólica 129 ± 12,86 mmHg e a pressão arterial diastólica 85 ± 10,80 mmHg. A glicemia apresentou em repouso uma média de 89,55 ± 14,08 mg/DL, imediatamente após o término do TC6 uma média de 83,7 ± 11,76 mg/DL e após 10 minutos de recuperação uma média de 85,6 ± 11,17 mg/DL. Os valores do lactato apresentados em repouso foram a média de 2,65 ± 1,88 bL, imediatamente após o término do TC6 apresentou média de 3,27 ± 2,19 bL e após 10 minutos de recuperação obteve média de 2,69 ± 0,93 bL. **Considerações Finais:** Os atletas avaliados não atingiram os valores preditos para o TC6 em

60% dos casos. Os valores hemodinâmicos, respiratórios e bioquímicos apresentaram alterações após o TC6 quanto ao exercício físico agudo, porém após 10 minutos de recuperação apresentaram aproximação dos seus valores iguais aos de repouso.

Palavras chave: Atletas; Ciclismo; Fisioterapia; Teste de Caminhada de 6 minutos.