



INTENSIDADE DE ESFORÇO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA EM ATLETAS DE PETRA.

FARIA, R. F; BORGES, M; CALEGARI, D; PICULLI, M; VIEIRA, I. B; GORLA, J. I

Introdução

- Aproximadamente 25 anos – Dinamarca;
- Atletas que não poderiam competir em cadeira de rodas esportivas ou corrida ambulante;
- Lesão no sistema nervoso central: Hipertonia, Ataxia ou Atetose - não conseguem funcionalmente correr;
- Atletismo
- Assistido por um Triciclo que permite a execução da corrida através da impulsão com os membros inferiores;



Classificação Funcional

Classe: RR1, RR2 e RR3.

RR1

- Envolvimento severo dos padrões brutos de movimentos MI (pernas) e tronco (espasticidade significativa);
- Dificuldade em isolar movimentos articulares individuais, propulsão das pernas ineficazes, arrasto dos pés, assimetria severa, má coordenação;
- Controle do tronco pobre e envolvimento dos membros superiores, função de mão limitada que exige auxílio de colocação de mão.

Classificação Funcional

Classe: RR1, RR2 e RR3.

RR2

- Envolvimento moderado de MI (pernas) e tronco (menos espasticidade);
- Assimetria, mas padrão de empurrão mais eficaz do que RR1, arrasto mínimo ou nenhum dos pés, coordenação fraca mas pode alternar o movimento da perna, limitado eficácia do passo;
- Controle moderado do tronco, pode precisar de luvas para manter as mãos no guidão.

Classificação Funcional

Classe: RR1, RR2 e RR3.

RR3

- Envolvimento leve a moderado de um ou ambos MI (pernas), movimento simétrico ou leve assimétrico, com movimento de perna alternativo e bom empurrão;
- Boa aceleração com direção e travagem adequadas, não exigirá cintas de mão, redução do movimento nos quadril e joelho podem limitar o comprimento do passo. Alguns atletas com atetose podem demonstrar um movimento mais suave à medida que a velocidade aumenta.

Objetivo

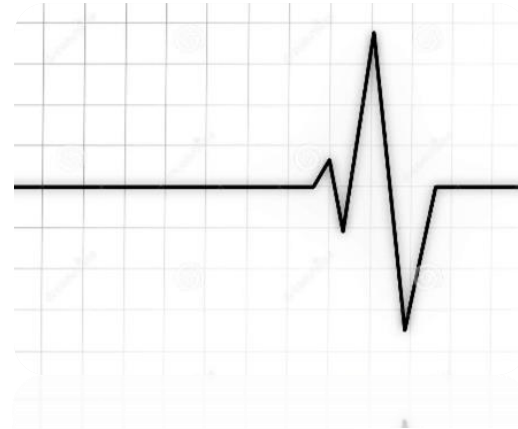
Apresentar a intensidade de esforço de atletas de Petra durante as provas de 100 e 200 metros no campeonato brasileiro 2017.



Metodologia

7 Atletas

Atleta	Sexo	Classe
1	M	RR3
2	M	RR3
3	M	RR3
4	M	RR3
5	F	RR1
6	F	RR3
7	M	RR1



Metodologia

Zona 1 - Recovery	50 a 59 % da FC máx
Zona 2 - Aerobic 1	60 a 69 % da FC máx
Zona 3 - Aerobic 2	70 a 79 % da FC máx
Zona 4 –Anaerobic Threhoold	80 a 89 % da FC máx
Zona 5 –High Intensity	90 a 100 % da FC máx

Metodologia

Limitações:

- Controle de ingestão de medicamentos;
- Realização de testes prévios;
- Raio da Antena 200 metros;
- Deslocamento da Fita de aferição devido o contato com a Petra;



Resultados

ATLETAS		C.F	100 Metros					200 Metros				
			Z 1	Z 2	Z 3	Z 4	Z 5	Z 1	Z 2	Z 3	Z 4	Z 5
1	M	RR3	0	0	61,9	33,3	4,8	0	10	90	0	0
2	M	RR3	41,7	58,3	0	0	0	0	85,1	14,9	0	0
3	M	RR3	0	36,7	30	30	3,3	0	7,4	33,3	13	46,3
4	M	RR3	66,7	20	13,3	0	0	0	0	35	65	0
5	F	RR1	0	0	26	24	50	0	0	11,7	8,8	79,6
6	F	RR3	0	4	30	16	50	0	3,6	3,6	5	87,8
7	M	RR1	0	0	0	27	73	0	6,8	11	82,2	0

Legenda: **Z1:** 50-60%; **Z2:** 60-70%; **Z3:** 70-80%; **Z4:** 80-90%; **Z5:** 90-100%

Conclusão

Através deste estudo, identificamos que as mulheres realizaram maior esforço em ambas as provas, permanecendo por maior tempo nas zonas 4 e 5.

Já os homens não apresentaram um “padrão” de intensidade, variando entre as zonas 1 e 4. Tais variações podem estar relacionadas ao treinamento, classe funcional, entre outros.

Obrigado!