

372

ESTUDO DAS FORÇAS APLICADAS NOS PEDAIS POR TRIATLETAS. Daniel Faria Bagatini, Claudia Tarrago Candotti, Denise Soares, Everton Rocha, Jefferson Loss, Antonio Carlos Stringhini Guimaraes (orient.) (UFRGS).

O estudo das forças aplicadas no pedal permite uma caracterização da técnica de pedalada de ciclistas e triatletas. A partir do conhecimento dessas forças, pode-se entender as estratégias de pedalada dos atletas e trabalha-las com intuito da melhora da performance. Na literatura, encontram-se muitos estudos voltados à técnica de atletas do ciclismo, enquanto a técnica de triatletas carece de descrição. Logo, o objetivo desse estudo foi analisar a técnica de pedalada de triatletas, em diferentes cadências (60, 75, 90 e 105 rpm), a partir da aplicação das forças no pedal. Foram avaliados nove triatletas em um cicloergômetro computadorizado, no qual foi acoplado um pedal-plataforma para a obtenção das componentes das forças normais (F_y) e tangenciais (F_x). Os sujeitos pedalarão em uma carga correspondente ao 2º limiar ventilatório individual, determinado através de um teste de consumo máximo de oxigênio ($VO_{2máx}$) realizado previamente. Foi registrado de maneira simultânea o consumo de oxigênio (VO_2), a F_y , a F_x , os ângulos do pedal e do pé-de-vela. Foram calculadas as magnitudes da força efetiva (FE) durante dez ciclos consecutivos de pedalada. Os resultados demonstraram que os triatletas foram significativamente mais habilidosos na transferência da força para o pé-de-vela na cadência de 60 rpm e que com o aumento da cadência a FE reduziu significativamente, indicando menos habilidade na orientação das forças durante a pedalada ($p < 0,05$). (PIBIC).