

O objetivo do presente estudo foi comparar as respostas de frequência cardíaca (FC) e consumo de oxigênio (VO_2) durante o exercício corrida estacionária com flexão e extensão de cotovelo. Quinze mulheres (idade: $23,33 \pm 0,51$ anos, $VO_{2\text{máx}}$: $41,26 \pm 1,43$ $\text{ml.kg}^{-1}.\text{min}^{-1}$, $FC_{\text{máx}}$: $192,67 \pm 1,68$ bpm) realizaram o exercício nas cadências de 80 bpm e 100 bpm em três situações: com equipamento resistivo em ambos os membros (RES), com equipamento flutuante em ambos os membros (FLU) e sem equipamento (SEM). O protocolo experimental consistiu em 4 min de exercício em cada uma das três situações anteriormente citadas, nas cadências de 80 e 100 bpm. Foi respeitado um intervalo de 5 min entre as situações e entre as cadências o mesmo foi realizado até que o VO_2 retornasse aos níveis de repouso. Utilizou-se ANOVA *two-way*, com *post-hoc* de Bonferroni ($p < 0,05$; SPSS 15.0). Os resultados demonstraram diferenças significativas para a FC, $\%FC_{\text{máx}}$, VO_2 e $\%VO_{2\text{máx}}$ entre as situações RES (FC: $141,94 \pm 4,67$ bpm; $\%FC_{\text{máx}}$: $76,52 \pm 2,53$; VO_2 : $20,57 \pm 1,05$ $\text{ml.kg}^{-1}.\text{min}^{-1}$ e $\%VO_{2\text{máx}}$: $51,09 \pm 3,54$) e FLU (FC: $142,10 \pm 5,13$ bpm; $\%FC_{\text{máx}}$: $73,66 \pm 2,88$; VO_2 : $18,85 \pm 8,89$ $\text{ml.kg}^{-1}.\text{min}^{-1}$; $\%VO_{2\text{máx}}$: $46,80 \pm 2,96$) em comparação a SEM (FC: $132,17 \pm 4,07$ bpm; $\%FC_{\text{máx}}$: $68,47 \pm 2,24$; VO_2 : $17,85 \pm 0,65$ $\text{ml.kg}^{-1}.\text{min}^{-1}$; $\%VO_{2\text{máx}}$: $44,32 \pm 2,50$) com valores maiores para as situações de execução de exercício com equipamento. Para as cadências também houve diferenças significativas, com valores maiores para 100 bpm (FC: $147,91 \pm 4,90$ bpm; $\%FC_{\text{máx}}$: $76,61 \pm 2,66$; VO_2 : $20,13 \pm 1,01$ $\text{ml.kg}^{-1}.\text{min}^{-1}$; $\%VO_{2\text{máx}}$: $49,89 \pm 3,17$) em relação a 80 bpm (FC: $129,56 \pm 4,29$ bpm; $\%FC_{\text{máx}}$: $67,16 \pm 2,42$; VO_2 : $18,05 \pm 0,81$ $\text{ml.kg}^{-1}.\text{min}^{-1}$; $\%VO_{2\text{máx}}$: $44,92 \pm 3,00$). Em suma, as respostas cardiorrespiratórias foram maiores com o uso de equipamento e também com o incremento da cadência de execução.