

O objetivo desse estudo foi comparar a atividade muscular de idosas caminhando em ambiente terrestre (TE) e em ambiente aquático em piscina rasa (PR) e em piscina funda (PF). Foram avaliadas 12 mulheres idosas caminhando em uma intensidade de esforço auto-selecionada (confortável) na terra e na água em PR e PF. Nessas condições elas realizaram cinco tentativas de 4 metros de caminhada enquanto a atividade dos músculos bíceps femoral (BF), eretor da coluna (EC), gastrocnêmio lateral (GAS) e reto femoral (RF) era registrada por eletromiografia de superfície. A análise estatística utilizada foi ANOVA para medidas repetidas, com o índice de significância de  $p < 0,05$ . Foi observado, em PF, maior atividade dos músculos EC, BF e RF durante o ciclo completo de passada, comparado a PR e TE. Mas ao analisar as fases do movimento, a atividade do músculo BF foi superior apenas durante o apoio, enquanto a do músculo RF foi superior apenas durante o balanço. Ainda, foi encontrada menor atividade do músculo GAS comparado a TE. Já em PR, não foi encontrada diferença significativa na atividade do músculo EC comparada à situação em TE. A atividade do músculo BF foi superior durante a fase de apoio, bem como do músculo RF durante a fase de balanço comparada a situação em TE. Em contrapartida, a atividade do músculo GAS foi inferior durante o ciclo completo de passada e a fase de apoio quando comparado a caminhada em TE. Conclui-se que o grupo de idosas analisado apresentou diferentes características eletromiográficas caminhando em TE, em PR e em PF em uma mesma intensidade de esforço auto-selecionada. Esses resultados contribuirão para um melhor entendimento das características da caminhada de idosos em PR e PF. Isso será de grande auxílio na elaboração de programas de treinamento e reabilitação para essa população.