

157

**A CORRELAÇÃO ENTRE A VELOCIDADE CRÍTICA E A VELOCIDADE DETERMINADA PELA CONCENTRAÇÃO DE LACTATO SANGÜÍNEO, EM NADADORES DA CATEGORIA JUVENIL 1 DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL.**

*Daniel Faria Bagatini, Michel Arias Brentano, Giovani dos Santos Cunha, Caio Vinícius Siebel da Rosa, Luiz Fernando Martins Krueel (orient.)*  
(Departamento de Educação Física, Escola de Educação Física, UFRGS).

No treinamento de natação, a velocidade de nado determinada pelas concentrações de lactato sangüíneo é utilizada para a determinação de uma velocidade correspondente ao limiar anaeróbio (Vlan) de cada atleta. Porém, por ser um método invasivo e de difícil implementação, atualmente têm-se buscado métodos não-invasivos que forneçam as mesmas informações, sem comprometer a integridade física dos atletas. A velocidade crítica (VC), determinada pela regressão linear entre diferentes distâncias nadadas com seus respectivos tempos de execução, têm sido utilizada, devido ao fato de alguns estudos mostrarem uma alta correlação entre VC e Vlan, tanto em piscina ( $r = 0,914, p < 0,01$ ) como em swimming flume ( $r = 0,818, p < 0,01$ ). Porém, não existem trabalhos com nadadores do Rio Grande do Sul, motivo pelo qual este estudo foi elaborado. Foram utilizados cinco nadadores homens (15 anos), fundistas, com treinamento regular de aproximadamente 5 anos. O protocolo para determinação da Vlan consistiu em uma série máxima de 100m, com coleta de lactato no lóbulo da orelha, imediatamente após a série, e depois de 3 e 5 minutos. Posteriormente, foram executadas séries de 100m com intensidades progressivas, de 60% a 90% da série máxima, variando de 5 em 5%, com intervalos de, no máximo, um minuto; somente para a coleta de lactato correspondente a série. Para a determinação da velocidade crítica, foram utilizados os últimos tempos oficiais de cada atleta nas distâncias de 50, 100, 200 e 400m estilo livre. Para a verificação da correlação entre as variáveis analisadas foi utilizado o coeficiente de Pearson, com nível de significância de  $p < 0,05$ . Os resultados mostraram uma correlação altamente significativa entre VC e Vlan ( $r = 0,995, p < 0,01$ ) sugerindo a utilização da VC como estimativa da Vlan nesses indivíduos e, conseqüentemente, como método não-invasivo de determinação da Vlan. (UFRGS/IC voluntária).