



ANÁLISE DO CONSUMO MÁXIMO DO OXIGÊNIO DOS UNIVERSITÁRIOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE CRUZ ALTA

KETTENHUBER, Aleson Alves¹; KRUG, Rodrigo de Rosso²

Volume máximo de oxigênio (VO_2 máx) é a capacidade do indivíduo em transportar e metabolizar oxigênio durante um exercício físico incremental. É a variável fisiológica que mais reflete a capacidade aeróbica de um indivíduo. Assim, o objetivo desse estudo foi analisar o VO_2 máx de acadêmicos de uma Universidade do Sul do Brasil. Este estudo, descritivo transversal teve como participantes 36 acadêmicos do 1º semestre do curso de Educação Física Bacharelado e Licenciatura da Universidade de Cruz Alta (UNICRUZ). Para análise do VO_2 máx foi aplicado na pista atlética da UNICRUZ o teste máximo de resistência aeróbica de 12 minutos, protocolo de Cooper. Os dados foram analisados por estatística descritiva no software estatístico SPSS 11.0. Dos 36 acadêmicos ($21,37 \pm 4,54$ anos) participantes desta pesquisa, 26 eram do sexo masculino e 10 do feminino. Com referência ao VO_2 máx dos acadêmicos do sexo masculino, quatro (15,4%) obtiveram um consumo considerado muito baixo, um (3,8%) teve consumo baixo, três (11,5%) tiveram consumo médio, cinco (19,2%) apresentaram consumo bom, seis (23,1%) obtiveram consumo muito bom e sete (26,9%) excelente. Das acadêmicas do sexo feminino, duas (20,0%) tiveram consumo muito baixo, uma (10,0%) teve consumo baixo, cinco (50,0%) obtiveram consumo médio, uma (10,0%) teve consumo bom, nenhuma acadêmica teve consumo máximo de oxigênio considerado muito bom e apenas uma (10,0%) obteve consumo excelente. Ao analisar as médias do VO_2 máx dos acadêmicos do sexo masculino ($41,99 \pm 8,21$) com as médias do sexo feminino ($27,82 \pm 6,54$) constatou-se que há diferença significativa ($p > 0,001$). Conclui-se que a maioria dos acadêmicos do sexo masculino apresentou consumo máximo de oxigênio considerado bom ou muito bom e a maioria das acadêmicas do sexo feminino obtiveram um consumo considerado baixo, muito baixo ou médio, inferindo assim que o VO_2 máx de acadêmicos ingressantes no curso de Educação Física da UNICRUZ pode ser influenciado pelo sexo dos mesmos.

Palavras-chave: Volume, oxigênio, acadêmicos, consumo.

¹ Acadêmico do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade de Cruz Alta. E-mail alissonkettenuber@gmail.com

² Professor Msc. do curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta. E-mail rkug@unicruz.edu.br