



B0273

APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA DE MULHERES NA PÓS-MENOPAUSA NÃO ATIVAS FISICAMENTE

Stella Butti Ferrari (Bolsista PIBIC/CNPq), Stella Butti Ferrari, Miguel Soares Conceição, Valéria Bonganha, Mara Patrícia Traína Chacon-Mikahil e Profa. Dra. Vera Aparecida Madruga (Orientadora), Faculdade de Educação Física - FEF, UNICAMP

A redução da capacidade aeróbia, expressa pelo consumo de oxigênio (VO_2), está entre as principais alterações fisiológicas que ocorrem no envelhecimento tanto em homens quanto em mulheres, e está associada a um aumento na incidência de doenças cardiovasculares entre outras. O objetivo desta pesquisa foi avaliar se após oito semanas sem realizar exercícios físicos sistemáticos ocorreram alterações significativas no VO_{2max} de mulheres na pós-menopausa. Participaram 14 voluntárias, com idade média de $51,07 \pm 6,21$ anos, sem utilização da terapia de reposição de hormonal. A avaliação cardiorrespiratória foi realizada por meio de teste de esforço máximo em esteira, utilizando analisador metabólico de gases de onde foram obtidos os valores de VO_{2max} . Também foram coletados dados no teste de campo (Cooper). Para análise de dados foi utilizado o programa estatístico SPSS 10.0. A comparação entre os valores foi realizada por meio de teste t, nível de significância adotado $p < 0,05$. Os resultados encontrados mostraram que os valores de VO_{2pico} relativo $27,91 \pm 3,47$ (ml/kg/min) obtido no teste de esforço máximo foram significativamente superiores em relação aos valores no teste de Cooper $18,23 \pm 3,09$ (ml/kg/min). Concluindo, pode-se inferir que o teste de Cooper subestima o valor do VO_{2pico} em mulheres na pós-menopausa.

Mulheres menopausadas - Consumo de oxigênio - Treinamento com pesos