

041

**RELAÇÃO ENTRE ECONOMIA DE CORRIDA E VARIÁVEIS BIOMECÂNICAS DA TÉCNICA DE CORRIDA.** Marcus P. Tartaruga, Jerri L. Ribeiro, Leonardo R. Ribas, Leonardo A. Peyré Tartaruga, Luiz F. M. Krueel (GPAA, LAPEX / CENESP, ESEF / UFRGS).

Ao longo dos últimos anos, inúmeros fatores têm contribuído, de forma direta ou indireta, no resultado da economia de corrida. Entre esses fatores, a técnica de corrida possui uma importância especial no que se refere à obtenção de melhores resultados em corridas de média e longa distância. Sendo assim, este estudo teve como objetivo analisar o comportamento de 20 variáveis biomecânicas da corrida, correlacionando-as com o consumo de  $O_2$  ( $VO_2$ ) submáximo. Treze homens (idade:  $22 \pm 9$  anos;  $VO_{2m\acute{a}x}$ :  $56,3 \pm 3,6$  ml.kg<sup>-1</sup>.min<sup>-1</sup>) e nove mulheres (idade:  $26 \pm 14$  anos;  $VO_{2m\acute{a}x}$ :  $40,8 \pm 3,9$  ml.kg<sup>-1</sup>.min<sup>-1</sup>), corredores de rendimento, realizaram um teste submáximo de corrida, em esteira, o qual consistiu de duas corridas em intensidades submáximas ( $\pm 85\%$  e  $\pm 93\%$  do  $VO_2$  máximo), onde foi coletado o valor médio do  $VO_2$  para cada intensidade, através de um ergoespirômetro, nos últimos quatro minutos num tempo total de teste de 6 minutos para cada intensidade, e registradas as variáveis biomecânicas da corrida, a partir do sistema de vídeo Peak Performance. Executaram-se os testes de “Normalidade e Homogeneidade”, “Correlação de Pearson” e “Regressão Linear Múltipla”. Verificou-se um baixo poder explicativo ( $R^2 < 0,7$ ) no grupo geral (homens e mulheres), com destaque ao Comprimento de Passada ( $R^2 = 0,632$  a  $\pm 85\%$  e  $R^2 = 0,450$  a  $\pm 93\%$  do  $VO_2$  máximo). Nos homens, houve uma correlação baixa ( $R < 0,5$ ), já nas mulheres, verificou-se um alto poder explicativo ( $R^2 > 0,7$ ) apenas na velocidade de 12 km/h (87,3% do  $VO_2$  máximo), com destaque ao Comprimento de Passada e Frequência de Passada ( $R^2 = 0,893$ ). Analisando por categorias, os fundistas apresentaram maiores coeficientes de regressão que as demais categorias, destacando-se o Ângulo do Joelho no Take-Off ( $R^2 = 0,662$  a  $\pm 85\%$  e  $R^2 = 0,734$  a  $\pm 93\%$  do  $VO_2$  máximo). Portanto, no grupo analisado, a técnica de corrida prediz melhor a economia em mulheres do que em homens. Além disso, o Comprimento de Passada apresentou um grande poder explicativo da economia de corrida (Apoio: PIBIC-CNPq/UFRGS).