



ANÁLISE DAS PRESSÕES RESPIRATÓRIAS MÁXIMAS EM NADADORES

Marden Martins Oliveira¹; Clara Edwirges Santiago Oliveira¹; Raphaela Mota Feitosa Vasconcelos²

¹Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Católica de Quixadá.

²Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Católica de Quixadá.

Categoria: Fisioterapia Respiratória.

RESUMO

Introdução: A Natação é uma das mais antigas práticas de atividade física. Os homens primitivos utilizavam-na como lazer e como meio de sobrevivência. Atualmente é considerada uma modalidade esportiva que se firma e se destaca no meio olímpico. Podendo ser executado em diversos estilos, o nado inclui movimentos alternados contra a força da água, o que requer significativa interferência do sistema respiratório. Quanto maior a intensidade do exercício, maior a demanda gerada aos músculos responsáveis pela respiração. Estudiosos destacam que protocolos de treinamentos para essa musculatura podem melhorar o desempenho de nadadores, hipótese ainda pouco investigada pela literatura. As medidas das pressões inspiratória e expiratória máximas (Pimáx e Pemáx), obtidas por meio da manovacuometria, representam variáveis que avaliam a força dos músculos respiratórios. **Objetivo:** Verificar a interferência de uma prova de natação nas pressões respiratórias máximas dos atletas. **Método:** Através de um estudo descritivo, foram avaliados 15 indivíduos que treinam natação regularmente em uma piscina semiolímpica. Cada atleta foi submetido a uma avaliação com manovacuômetro, para mensuração de força da musculatura respiratória, antes e após a realização de uma prova de nado crawl com duração total de 15 minutos. **Resultados:** Os valores encontrados evidenciaram que a média da Pimáx verificada logo após a prova de nado crawl sofreu uma diminuição de 10 mmHg quando comparada com a Pimáx inicial, medida antes da prova. Já a média da Pemáx diminuiu 15 mmHg nas mesmas circunstâncias. **Conclusão:** Durante uma prova de natação em piscina semiolímpica os atletas sofreram alterações imediatas nas pressões respiratórias máximas havendo decréscimo das variáveis que estimam a força muscular respiratória. Sugere-se então o desenvolvimento de estudos que utilizem protocolos de treinamento de força para essa musculatura permitindo assim, a apreciação da teoria que relaciona esse tipo de treinamento com melhora no desempenho de nadadores.

Palavras-chave: Natação. Músculos Respiratórios. Avaliação.