

ANÁLISE DA CAPACIDADE CARDIORRESPIRATÓRIA EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Vinicius de Lima Freitas¹; Carlos Eduardo Lopes Verardi²; Dalton Müller Pessoa Filho³; Cassiano Merussi Neiva⁴.

¹Mestrado em Promoção de Saúde; Universidade de Franca – UNIFRAN; ²Doutorado em Ciências da Saúde; Faculdade de Ciências – UNESP; ³Doutorado em Ciências da Motricidade; Faculdade de Ciências – UNESP; ⁴Doutorado em Biologia Funcional e Molecular; Faculdade de Ciências – UNESP.

Fonte de Financiamento: CAPES-PROSUP.

Introdução: Os estudos que compreendem um programa de condicionamento físico relatam que a Capacidade Cardiorrespiratória deve ser estimulada em primeiro plano, visto que, esta fornece a base para o desenvolvimento de outras capacidades motoras. **Objetivos:** Avaliar o estado da capacidade cardiorrespiratória em estudantes universitários entre 18 e 24 anos de idade, de duas universidades da região norte e noroeste do Estado de São Paulo, matriculados em diferentes cursos da área da Saúde. **Métodos e Procedimentos:** Foram avaliados 47 estudantes universitários divididos em dois grupos: G1 formado por 27 alunos do curso de Educação Física, composto por (n=17) homens, e (n=10) mulheres, e o G2, foi formado por 20 estudantes universitários do curso de Medicina, composto por (n=13) homens e (n=07) mulheres. A metodologia adotada consistiu na aplicação do Teste Submáximo de Banco (*Step Test*) proposto por McArdle *et al.* (1972). **Resultados:** Os resultados obtidos indicaram desempenho “Bom” na classificação do VO₂ máx. nos homens do G1 (46,11±8,62) e desempenho “Frac” nos demais avaliados (mulheres do G 1= 35,50±3,35; homens e mulheres do G 2= 41,51±5,62; e 35,20±4,49). Contudo, a comparação desta variável entre os estudantes do sexo masculino e feminino de ambos os grupos não apresentaram diferença significativa (p ≤0,05). **Conclusões:** O estado da Capacidade Cardiorrespiratória (VO₂ máx.) determinado pelo *Step Test* evidenciou valores insatisfatórios para manutenção ou aquisição de saúde, visto que, a maioria dos avaliados estiveram condicionados fisicamente na classificação “Frac”.