

CORRELAÇÃO DOS NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA COM O CONSUMO  
MÁXIMO DE OXIGÊNIO EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS DO SEXO  
MASCULINO

CORRELATION OF THE PHYSICAL ACTIVITY LEVELS WITH THE  
MAXIMUM CONSUMPTION OF OXYGEN IN YOUNG UNIVERSITIES OF  
THE MALE SEX

CORRELACIÓN DE LOS NIVELES DE ACTIVIDAD FÍSICA CON EL  
CONSUMO MÁXIMO DE OXIGENO EN JÓVENES UNIVERSITARIOS  
DEL SEXO MASCULINO

Gabriel Afonso da Costa Borges, Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA),  
[gabriel.afonso92@gmail.com](mailto:gabriel.afonso92@gmail.com)

Lucas Tierry Mota Fernandes, Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA),  
[fernandestierry@gmail.com](mailto:fernandestierry@gmail.com)

Lucas Alves Correia, Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA),  
[lucasalvescorreia@gmail.com](mailto:lucasalvescorreia@gmail.com)

Lusivan da Silva Araújo, Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA),  
[lusivaned.fisica@gmail.com](mailto:lusivaned.fisica@gmail.com)

Bibiano Madrid, Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA),  
[bibiano.madrid@ceulp.edu.br](mailto:bibiano.madrid@ceulp.edu.br)

*PALAVRAS-CHAVE: Jovens Universitários; Atividade Física; VO<sub>2</sub>max.*

A prática da atividade física (AF) é fundamental na promoção da saúde, melhoria da qualidade de vida e manutenção de uma boa aptidão cardiorrespiratória. O presente trabalho teve por objetivo correlacionar os níveis de atividade física (NAF) com o consumo máximo de oxigênio (VO<sub>2</sub>max) em jovens universitários do sexo masculino. Participaram do estudo 23 estudantes de Educação Física do Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA). Para avaliar o VO<sub>2</sub>max foi utilizado o teste de corrida de 1.600 metros na pista de atletismo da Universidade Federal do Tocantins (UFT), seguindo o protocolo



# I Seminário Estadual de Ciências do Esporte do Tocantins

O que o corpo pode no contexto atual?

1 e 2 de Julho de 2019  
IFTO – Campus Palmas

proposto por Almeida *et al.* (2010). Para identificar os níveis de atividade física foi aplicada a versão curta do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) e os NAF foram classificados de acordo com Matsudo *et al.* (2001) e seus METs estimados de acordo com Ainsworth *et al.* (2000). A variável  $VO_2max$  apresentou distribuição normal ( $p = 0,915$ ), entretanto, a variável NAF não apresentou distribuição normal ( $p = 0,005$ ). Os participantes apresentaram um valor médio de  $VO_2max$  de  $47,7 (\pm 5,1)$  ml/kg/min. Quanto aos níveis de atividade física 13 avaliados foram classificados como muito ativos, 7 ativos, 3 insuficientemente ativos e nenhum como sedentário. Quanto aos valores de  $VO_2max$  os resultados deste estudo são semelhantes aos achados de Almeida *et al.* (2010), onde avaliaram 30 homens fisicamente ativos com idade média de  $23(\pm 3,1)$  anos, onde utilizando-se do mesmo teste encontraram média de  $VO_2max$   $50,1(\pm 7,2)$  ml/kg/min. O teste de correlação de Spearman não encontrou correlação significativa entre os METs totais estimados pelo IPAQ e pelo  $VO_2max$  ( $r = -0,08$ ;  $p = 0,718$ ). Por se tratar de uma amostra formada por estudantes de Educação Física, a maioria dos participantes foram identificados como ativos ou muito ativos e apresentaram uma distribuição dos dados homogênea quanto aos NAF e  $VO_2max$ . Portanto, a pequena variabilidade na dispersão dos dados, aliada a uma amostra relativamente pequena, pode ter influenciado no resultado da Correlação de Spearman. Não obstante, recomenda-se para futuros estudos, analisar uma quantidade maior de participantes e com características mais heterogêneas.

## REFERÊNCIAS

AINSWORTH, B. E. *et al.* Compendium of physical activities: an update of activity codes and MET intensities. **Med Sci Sports Exercise**. v. 32, n. 19, p. 498-516, 2000

ALMEIDA, J. A. *et al.* Validade de equações de predição em estimar o  $VO_2max$  de brasileiros jovens a partir do desempenho em corrida de 1.600m. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 16, n. 1, p.57-60, 2010.

MATSUDO, S. *et al.* Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ): Estudo De Validade e Reprodutibilidade no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 6, n. 2, p. 5–18, 2010.