

RESUMO SIMPLES - REABILITAÇÃO E DESEMPENHO FUNCIONAL

AVALIAÇÃO DA FORÇA MUSCULAR RESPIRATÓRIA EM ATLETAS RECREATIVOS DE CROSSFIT®

Eduarda Camille Prisco Silva (eduarda.prisco@ufvjm.edu.br)

Diego Mendes Xavier (diego.mendes@ufvjm.edu.br)

Whesley Tanor Silva (whesleytanor@gmail.com)

Fabiane Gontijo Corrêa (fabiane.gontijo@ufvjm.edu.br)

Ana Clara Otoni Batista (otoni.ana@ufvjm.edu.br)

Indiamara Cristina Honorato Santos (indiamara.santos@ufvjm.edu.br)

Luiz Gustavo Rodrigues Orsetti (luiz.orsetti@ufvjm.edu.br)

Vinícius Cunha Oliveira (vinicius.oliveira@ufvjm.edu.br)

Vanessa Pereira De Lima (Vanessa.lima@ufvjm.edu.br)

Murilo Xavier Oliveira (murilo.xavier@ufvjm.edu.br)

O CrossFit é uma modalidade de treinamento de alta intensidade que exige elevados níveis de capacidade cardiorrespiratória e força muscular. Apesar de seu caráter funcional e metabólico, ainda há poucas evidências sobre o desempenho da musculatura respiratória desses atletas em comparação aos valores previstos para a população geral. Assim, este estudo teve como objetivo caracterizar o perfil cardiorrespiratório de atletas recreativos praticantes de CrossFit®. Trata-se de um estudo transversal e descritivo, realizado em academias de Sete Lagoas/MG, com 68 atletas de ambos os

sexos. Foram coletadas informações sociodemográficas e antropométricas, além da pressão inspiratória máxima e pressão expiratória máxima, mensuradas por manovacuômetro analógico (± 300 cmH₂O). O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFVJM (CAAE: 81443024.9.0000.5108). Os dados foram validados por avaliador independente e analisados no software R (versão 4.4.3), com descrição estatística conforme a distribuição das variáveis.

A amostra apresentou média de idade de $28,31 \pm 4,71$ anos, com predominância do sexo masculino (58,8%). A estatura média foi de $1,70 \pm 0,09$ m e o peso corporal médio de $75,78 \pm 16,95$ kg, resultando em índice de massa corporal médio de $26,02 \pm 4,20$ kg/m². A média da pressão inspiratória máxima foi de $-126,18 \pm 34,17$ cmH₂O e da pressão expiratória máxima foi de $104,83 \pm 37,19$ cmH₂O. Na comparação com os valores previstos, parte dos atletas apresentou desempenho inferior a 100%. Entretanto, o grupo com desempenho adequado ou superior demonstrou maior amplitude de força inspiratória e expiratória, com valores iguais ou superiores a 100% e mediana mais elevada, indicando melhor desempenho da musculatura respiratória nessa parcela da amostra.

Palavras-chave: crossfit®; força muscular respiratória; pressão inspiratória máxima; pressão expiratória máxima;.