

Relatório de Dados da Disciplina

Sigla: RDF5722 - 2 Tipo: POS

Nome: Uso de Métodos Invasivos e Não Invasivos para Avaliação, Prescrição e Monitoramento do Treinamento Aeróbio e Anaeróbio

Área: Educação Física (17164)

Datas de aprovação:

CCP: 13/08/2014 CPG: 05/04/2017 CoPGr:

Data de ativação: 05/04/2017 Data de desativação:

Carga horária:

Total: 60 h Teórica: 8 h Prática: 5 h Estudo: 2 h

Créditos: 4 Duração: 4 Semanas

Responsáveis: 8090041 - Marcelo Papoti - 05/04/2017 até data atual

Relatório de Dados da Disciplina

Objetivos:

Estudar os métodos invasivos e não invasivos de avaliação das capacidades aeróbia e anaeróbia. Estudar os métodos invasivos e não-invasivos de avaliação das potências aeróbia e anaeróbia. Estudar a sensibilidade dos métodos de avaliação aeróbia e anaeróbia aos efeitos do treinamento esportivo.

Justificativa:

Nesta disciplina serão discutidas a validade, a especificidade e a viabilidade no contexto esportivo de diferentes métodos de avaliação fisiológica que buscam a mensuração de parâmetros aeróbios e anaeróbios. A disciplina procura também discutir a sensibilidade desses testes aos efeitos de diferentes modelos de treinamentos e suas implicações para otimização do desempenho.

Conteúdo:

Consumo máximo de oxigênio (VO₂max). Intensidade de exercício correspondente ao VO₂max (iVO₂max). Máxima fase estável de lactato (MFEL). Teste de lactato mínimo. Máximo déficit acumulado de oxigênio (MAOD). Avaliação da potência anaeróbia. Significado fisiológico do parâmetro aeróbio e anaeróbio do teste de potência crítica. Relações entre parâmetros aeróbios e anaeróbios com o desempenho em diferentes modalidades esportivas. Efeitos de diferentes modelos de treinamento sobre parâmetros aeróbios e anaeróbios.

Bibliografia:

Beneke R, Leithäuser RM, Ochental O. Blood lactate diagnostics in exercise testing and training. *Int J Sports Physiol Perform*. 2011 Mar;6(1):8-24. Review.

Bertuzzi RC, Franchini E, Ugrinowitsch C, Kokubun E, Lima-Silva AE, Pires FO, Nakamura FY, Kiss MA. Predicting MAOD using only a supramaximal exhaustive test. *Int J Sports Med*. 2010 Jul;31(7):477-81.

Billat LV, Koralsztejn JP. Significance of the velocity at VO₂max and time to exhaustion at this velocity. *Sports Med*. 1996 Aug;22(2):90-108.

Dotan R, Zigel L, Rotstein A, Greenberg T, Benyamini Y, Falk B. Reliability and validity of the lactate-minimum test. A revisit. *J Sports Med Phys Fitness*. 2011 Mar;51(1):42-9.

Gordon D, Hopkins S, King C, Keiller D, Barnes RJ. Incidence of the plateau at VO₂max is dependent on the anaerobic capacity. *Int J Sports Med*. 2011 Jan;32(1):1-6.

Hauser T, Bartsch D, Baumgärtel L, Schulz H. Reliability of maximal lactate-steady-state. *Int J Sports Med*. 2013 Mar;34(3):196-9.

Noordhof DA, de Koning JJ, Foster C. The maximal accumulated oxygen deficit method: a valid and reliable measure of anaerobic capacity? *Sports Med*. 2010 Apr;40(4):285-302.

Papoti M, da Silva AS, Araujo GG, Santiago V, Martins LE, Cunha SA, Gobatto CA. Aerobic and Anaerobic Performances in Tethered Swimming. *Int J Sports Med*. 2013 Feb 4. [Epub ahead of print]

Simões HG, Hiyane WC, Sotero RC, Pardono E, Puga GM, Lima LC, Campbell CS. Polynomial modeling for the identification of lactate minimum velocity by different methods. *J Sports Med Phys Fitness*. 2009 Mar;49(1):14-8.

Vanhatalo A, Jones AM, Burnley M. Application of critical power in sport. *Int J Sports Physiol Perform*. 2011 Mar;6(1):128-36. Review

Zagatto AM, Beck WR, Gobatto CA. Validity of the running anaerobic sprint test for assessing anaerobic power and predicting short-distance performances. *J Strength Cond Res*. 2009 Sep;23(6):1820-7.

Forma de avaliação:

Elaboração de artigo de revisão sobre tópico sorteado. Prova escrita de artigos discutidos em sala de aula, com os resultados das aulas práticas.

Gerado em 07/06/2021 21:49:32