


Influencia de la resistencia a la velocidad sobre la velocidad de golpeo en jóvenes futbolistas

Valcarce, E., Flores, F. J., Izquierdo, J. M., Sedano, S., De Benito, A. M., y Ayala, C.

I Introducción: La identidad propia del fútbol convierte a la resistencia a la velocidad en una capacidad compleja y esencial para el rendimiento del futbolista. La naturaleza de sus esfuerzos, hace que el jugador de fútbol tenga que ser entrenado para soportar cargas intensas y de corta duración, repitiéndose de forma anárquica durante la competición. Nuestro objetivo fue determinar la influencia de la fatiga que el Test de Dawson ejerce sobre la velocidad de golpeo de balón.

II Material y métodos: 32 jugadores de fútbol participaron en el estudio, (18 cadetes, 16 juveniles). Se efectuó una sesión de medición tras un calentamiento estandarizado.

El protocolo de medición consistió en: 3 golpes máximos de balón con 30 segundos de recuperación entre ellos, con la pierna dominante y con la no dominante respectivamente. Inmediatamente después, se realizó el test de Dawson (Dawson y cols, 2003), para después volver a realizar 3 golpes máximos de balón, 3 con cada pierna. En la medición del test de Dawson se utilizaron células fotoeléctricas láser (DSD Laser System), y para medir la velocidad de golpeo se utilizó el radar ("Stalker ATS pro") mediante el protocolo validado por Sedano y cols. (2009) utilizando el registro de velocidad máxima para el tratamiento estadístico. Las fotocélulas se colocaron siguiendo las recomendaciones de Yeadon y cols, (1991) y García y cols, (2002a). Para el análisis comparativo intergrupos se utilizó ANOVA de un factor y para el análisis intragrupos (pre-post) la prueba *t* de Student para muestras relacionadas. Diferencias significativas: $p < 0.05$.

III Resultados: Existieron diferencias significativas en la velocidad de golpeo con la pierna no dominante antes de realizar el Test de Dawson, a favor de la categoría juvenil ($p < 0,05$). El índice de fatiga fue mayor en la categoría juvenil respecto a la cadete, sin llegar ésta a ser significativa. Se mostraron diferencias significativas intragrupos en la velocidad de golpeo de balón antes y después de realizar el Test de Dawson, en ambas piernas ($p < 0,05$).

IV Conclusiones: El efecto de la fatiga resultante del test de Dawson originó un descenso significativo en la velocidad de golpeo de balón en ambas piernas y en ambos grupos. Son necesarios más estudios que correlacionen el descenso de la velocidad de golpeo con un bajo rendimiento físico de los factores condicionantes del deporte estudiado, así como conocer las causas que determinan la eficacia en el lanzamiento, atendiendo a características antropométricas, biomecánicas, bioenergéticas y perceptivas del golpeo de balón en cada jugador.

V Palabras clave: fútbol, test de Dawson, categorías inferiores

Bibliografía

- DAWSON, B.; FITZSIMONS, M.; WARD, D. (1993) "The relationship of repeated sprint ability to aerobic power and performance measures of anaerobic work capacity and power". *Austr. J. Sci. Med. Sport.* 25 (4): 88-93.
- GARCÍA, J. GONZÁLEZ, J. RODRÍGUEZ, J.A. MORANTE RÁBAGO, J.C. y VILLA VICENTE, J. G. (2002a) "Validación y Aplicación de un nuevo sistema de fotocélulas: DSD LASER SYSTEM" En "Llibre de les Actes del Cinquè Congrés de Ciències de L'Esport, L'Educació Física i la Recreació". Ed: INEF Catalunya, Centre de Lleida: 583-595.
- SEDANO S, DE BENITO A, IZQUIERDO J.M, REDONDO JC, CUADRADO G. (2009). "Validación de un protocolo para la medición de la velocidad de golpeo en fútbol". *Apunts: Educación Física y deportes.* Nº 96. pags 42-46
- YEADON, M.R.; KATO, T.; KERWIN, D.G. (1999) "Measuring running speed using photocells". *J. Sports Sci.* 17: 249-257.