

PROTOCOLO DE INVESTIGACIÓN: ANÁLISIS DE LA COMPOSICIÓN CORPORAL Y RENDIMIENTO FÍSICO DE FUTBOLISTAS DEL PLANTEL MASCULINO DE DEFENSOR SPORTING CLUB DE MONTEVIDEO

Agustina Cedrés, Santiago Clavijo, Andrea Cuellar, Sebastián Preza, Karen Rodríguez
Tutoras: Prof. Adj. Geraldine Sena^{1*} y Prof. Adj. Mariana Simoncelli¹

Departamento de Nutrición Poblacional, Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay
*E-mail: gsena@nutricion.edu.uy

INTRODUCCIÓN

El estudio de la composición corporal en futbolistas es esencial para prevenir lesiones, adaptar el entrenamiento y la alimentación, valorar el progreso y tomar decisiones fundamentadas en la selección de jugadores con el objetivo de optimizar su rendimiento.



METODOLOGÍA

Estudio observacional, descriptivo, de corte transversal. La muestra se seleccionará por conveniencia de acuerdo a los criterios de inclusión y estará conformada por 47 jugadores de entre 17 y 22 años.

Para la determinación de la composición corporal se emplearán los métodos de Absorciometría Dual de Rayos X (DXA) y Antropometría. El rendimiento físico será evaluado a través de la Prueba de Agilidad de Illinois y del Test de Velocidad T.

Los datos se analizarán con el software libre, JAMOV, donde se aplicarán las pruebas estadísticas de Chi cuadrado, con un valor de significancia de 0,5 y el Coeficiente r de Spearman.



CONCLUSIÓN

La composición corporal es una de las variables que afecta significativamente en los resultados obtenidos en el rendimiento, el poder analizarla a través de métodos validados, es de suma importancia para lograr una evaluación completa.

OBJETIVO GENERAL

Evaluar la composición corporal y su relación con el rendimiento físico en los jugadores del plantel masculino de fútbol de la tercera división de Defensor Sporting Club de Montevideo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Analizar la composición corporal a través de los métodos de Absorciometría dual de rayos X (DXA) y Antropometría, según la edad y posición de juego.
- Comparar los resultados obtenidos de la composición corporal, entre los métodos DXA y la Antropometría.
- Determinar el rendimiento físico mediante la aplicación de pruebas físicas.
- Identificar si existe asociación entre la composición corporal y el rendimiento físico.

RESULTADOS ESPERADOS

Se espera que:

- En la mayor cantidad de jugadores predomine la masa muscular por sobre la masa grasa.
- Referente al rango etario, los futbolistas de mayor edad presenten un porcentaje superior de masa muscular y resultados que se consideran óptimos en las pruebas físicas.
- En cuanto a las posiciones de juego, los arqueros presenten un mayor IMC y porcentaje de masa muscular; mientras que los mediocampistas un mayor porcentaje de masa grasa.
- Se obtenga valoración similar en ambos métodos de medición (Antropometría y DXA).
- Los futbolistas que presenten mayor masa muscular y menor masa grasa, realicen las pruebas físicas de rendimiento en menor tiempo, obteniendo un buen desempeño físico.
- Los resultados de las pruebas físicas aplicadas a los jugadores muestren que en promedio los arqueros presenten una agilidad y velocidad dentro del rango promedio, los defensas bueno y sobre promedio, los mediocampistas y los delanteros obtengan resultados excelentes.
- Haya una asociación significativa entre los resultados obtenidos de la valoración antropométrica a través del IMC y de las pruebas físicas de rendimiento.
- Exista una fuerte asociación entre la composición corporal y los resultados obtenidos del rendimiento físico, de manera tal, que ambos estén influenciados uno por el otro.