

Título: CARACTERIZACIÓN MORFOLÓGICA DE TAEKWONDOKAS FEMENINAS DE LA PRESELECCIÓN NACIONAL CUBANA EN LA PREPARACION GENERAL

APUDES 2021

- * Dra. Akemi Caridad Fernández Rodríguez. Especialista en Medicina Deportiva, La Habana, Cuba.
- * Lic. Cristóbal García La Habana, Profesor Auxiliar de Informática y Análisis de Datos. Cuba.
- * MSc. Dr. Juan Carlos Díaz Peña, especialista en Medicina Deportiva, IMD, La Habana, Cuba.
- * Edunys Carrazana Garcés. Especialista en medicina deportiva.



PALABRAS CLAVE

Características morfológicas, composición corporal.

TEMATICA:
La ciencia, la tecnología e innovación aplicadas a la práctica de la actividad física y el deporte.

INTRODUCCIÓN

La Composición Corporal de las deportistas es un indicador indispensable para conocer la incidencia de las cargas, es por ello, que constituye un aspecto a controlar en la preparación de las deportistas.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL: Caracterizar el comportamiento morfológico de las deportistas de la Pre-selección Nacional Femenina de Taekwondo durante la Preparación Física General con vistas a los Juegos Olímpicos Tokio 2020.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Describir las características generales de las deportistas de la Pre-selección Nacional Femenina de Taekwondo según la edad cronológica, edad deportiva y división de peso por evento competitivo.
2. Comparar los parámetros de la Composición Corporal al inicio y final de la Preparación Física General en las deportistas seleccionadas.
3. Estimar el rango de tolerancia de peso en la etapa de Preparación General para este deporte.
4. Identificar las variaciones de peso semanal en las atletas de la Pre-selección Nacional femeninas de Taekwondo durante los tres mesociclos de la Preparación Física General.

Métodos utilizados en la investigación

Métodos de nivel teórico

Histórico – Lógico

Análítico – Sintético

Deductivo - Inductivo



METODOLOGÍA

Mediciones según recomendaciones de la Sociedad Internacional para el avance en Cineantropometría (ISAK).



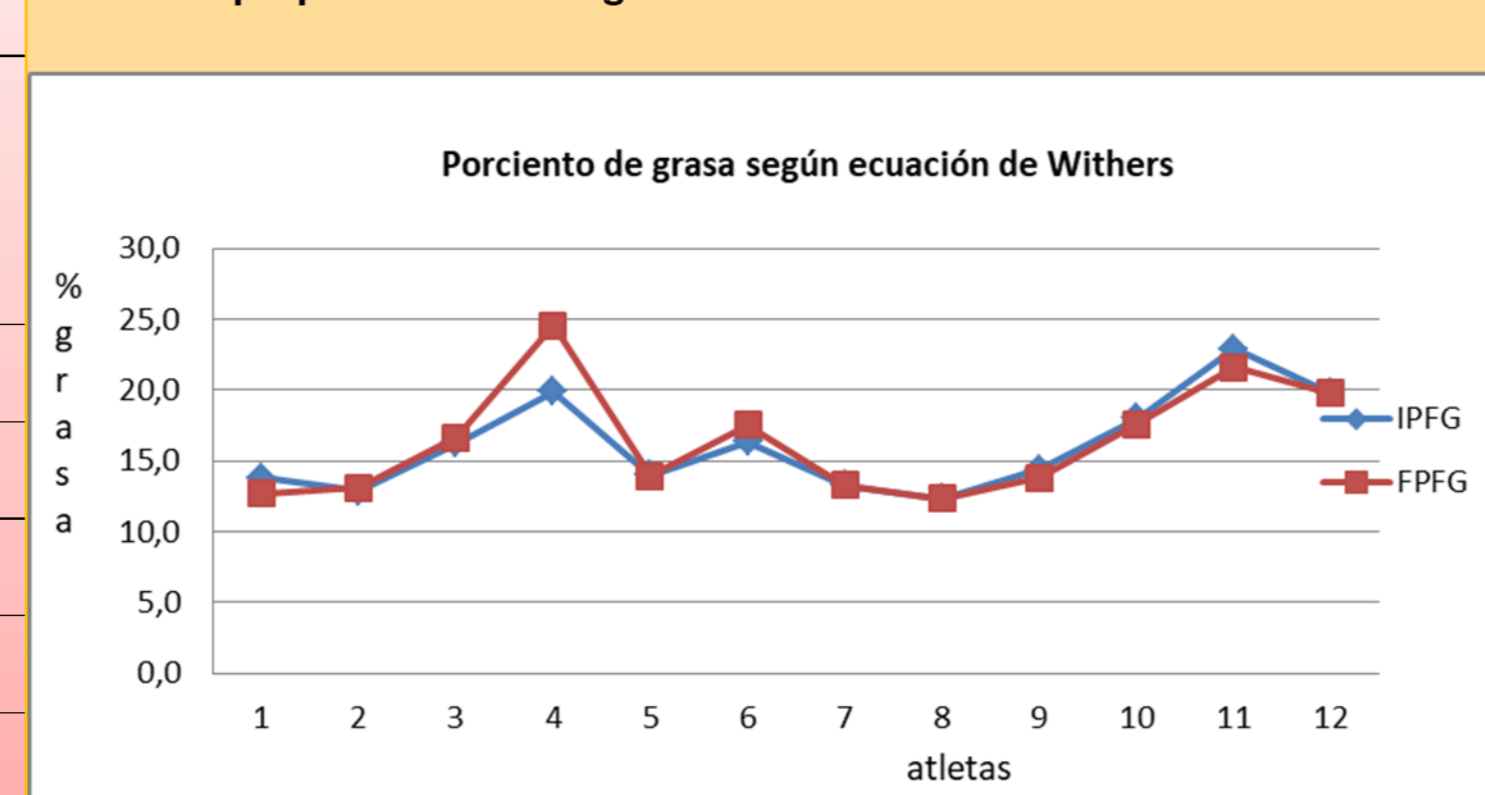
Resultados

Tabla 1. Características generales de la muestra.

Divisiones de peso	No	Edad		%
		cronológica	deportiva	
49 kg	3	17,6	8,6	25
57kg	4	18,6	10	33,3
67kg	3	19	10	25
Más 67 Kg	2	22	11	16,7
total	12	20,5	10,3	100

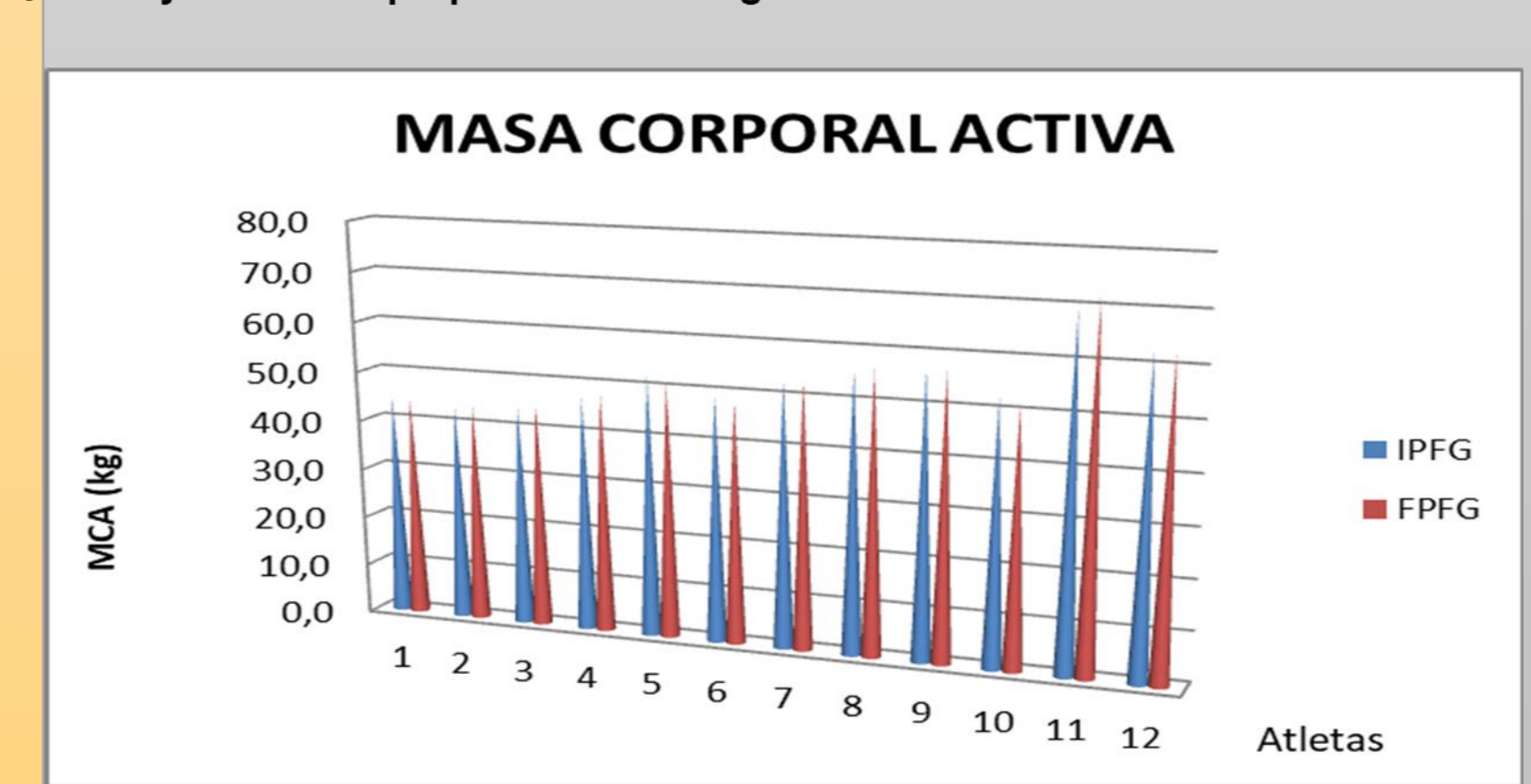
Fuente: Historias clínicas y ficha cineantropométrica.

Gráfico 1 Comportamiento de la grasa corporal de las taekwondocas al inicio y final de la preparación física general.



Fuente: Ficha antropométrica

Gráfico 2 Comportamiento de la Masa Corporal Activa de las taekwondocas al inicio y final de la preparación física general.



Fuente: ficha antropométrica

Gráfico 3 Comportamiento del AKS por divisiones al inicio de la preparación física general.

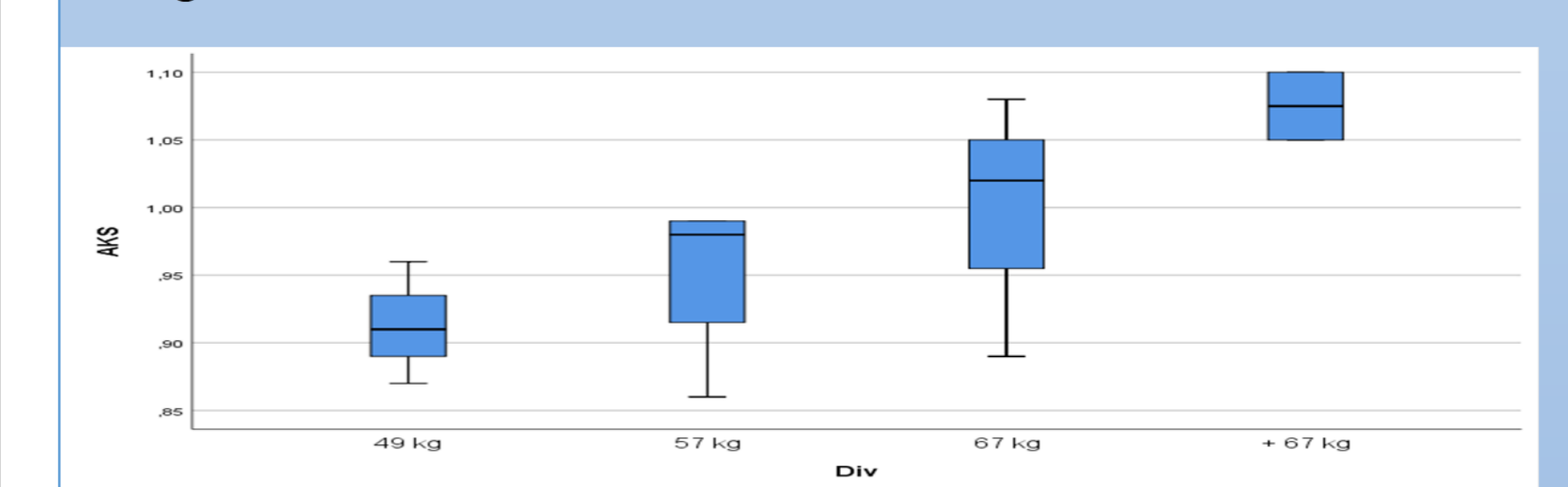


Gráfico 4 Comportamiento del AKS por divisiones al final de la preparación física general.

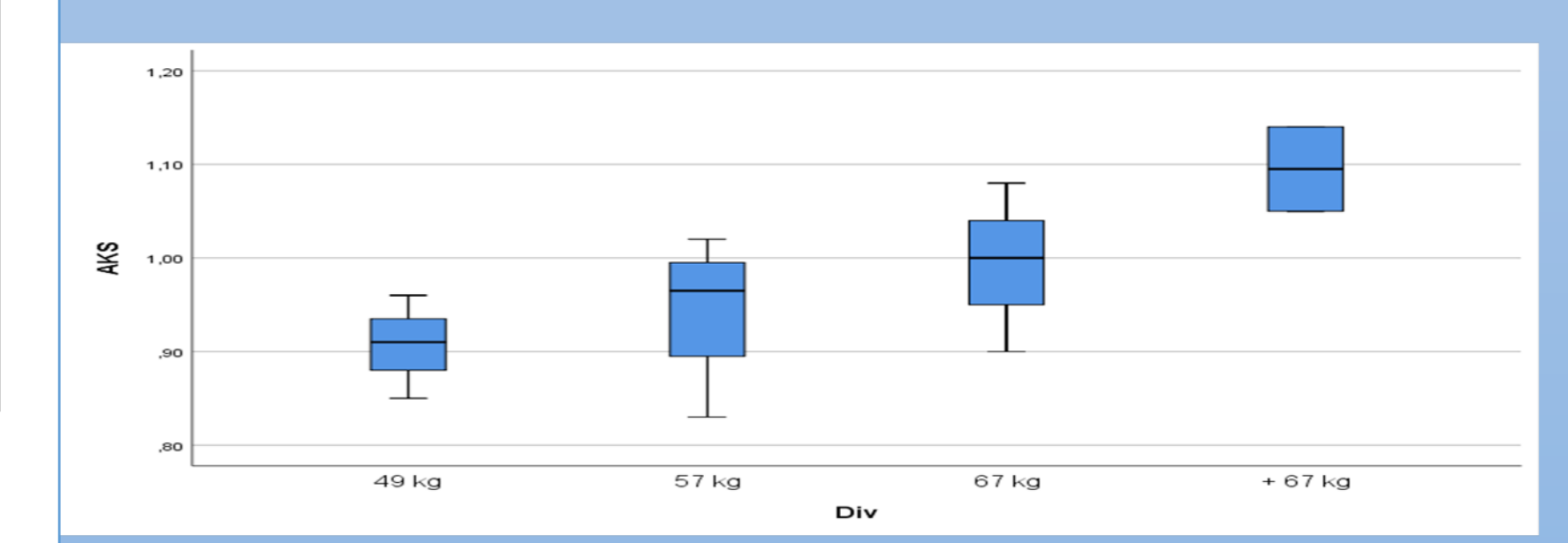


Tabla 4 .Tolerancia de peso en deportes de combate & X±DS del TKD nacional.

División	Tolerancia de peso combate	X±DS TKD (fem)	Aletas	Peso inicial (kg)	Peso final (kg)	Evaluación cualitativa
49 kg	2,9 kg	50,4 ±2,2	1	51,5	50,5	Bien
			2	50,0	51,0	Regular
			3	53,3	54,4	Mal
			4	58,9	64,1	Mal
57kg	3,2 kg	58,0 ±2,0	5	60,4	59,5	Bien
			6	59,2	59,0	Bien
			7	61,4	61,6	Regular
67 kg	4,0 kg	65,8 ±2,4	8	63,9	64,5	Bien
			9	66,8	66,2	Bien
			10	64,3	62,9	Bien
Más 67 kg (hasta 73 Y más de 73)	4,3 (hasta 73) 4,9 (más de 73)	86,9 ±6,9	11	90,4	90,4	Bien
			12	78,1	78,1	Regular



Gráfico 5. Comportamiento del peso semanal individual durante la etapa de preparación física general, división hasta 49 kg.

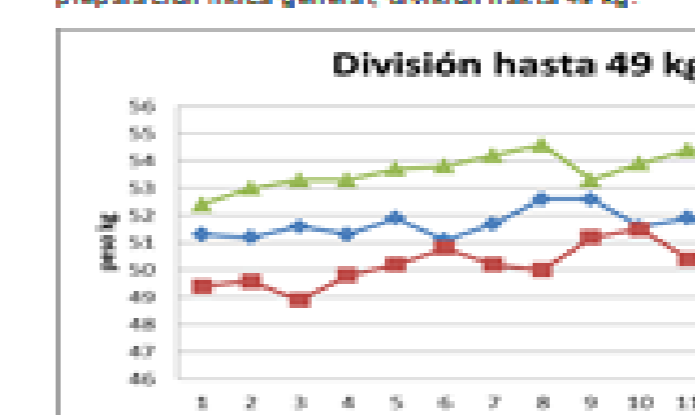


Gráfico 6. Comportamiento del peso semanal individual durante la etapa de preparación física general, división hasta 57 kg.

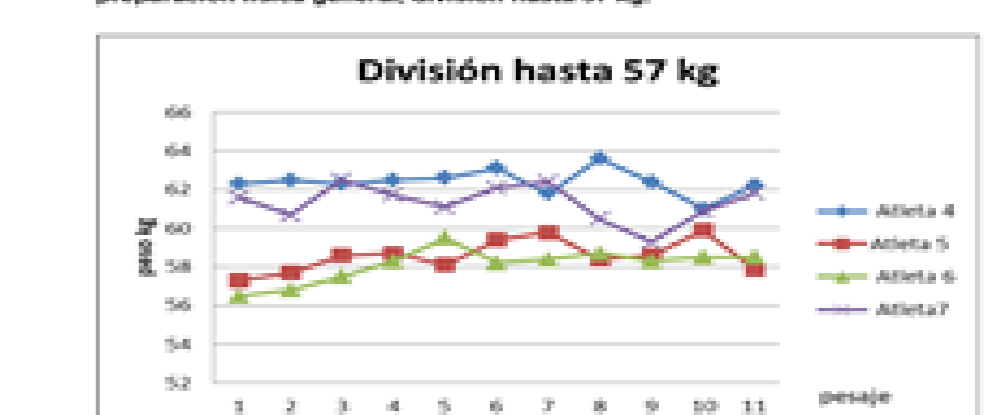


Gráfico 7. Comportamiento del peso semanal individual durante la etapa de preparación física general, división hasta 67 kg.

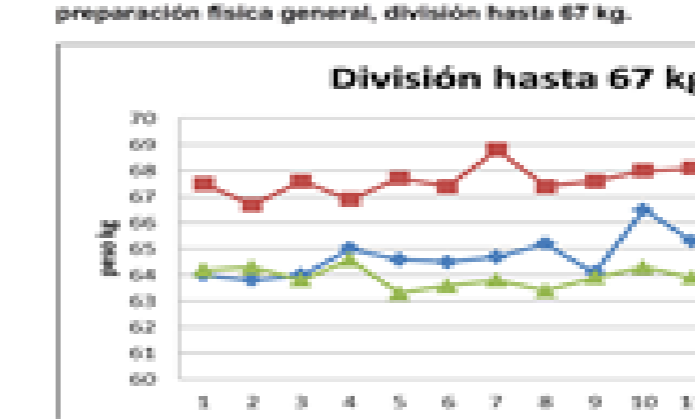
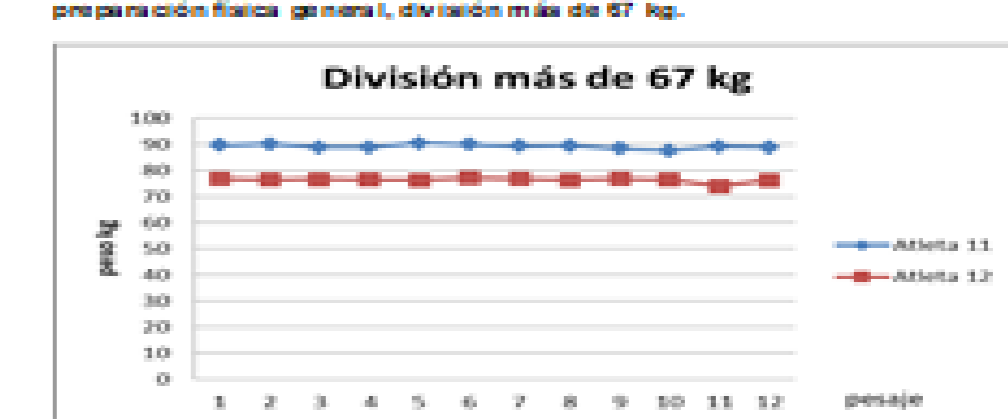


Gráfico 8. Comportamiento del peso semanal individual durante la etapa de preparación física general, división más de 67 kg.



Fuente: Historia clínica de cada atleta

CONCLUSIONES

1. Se caracterizó el comportamiento de las variables morfológicas de las taekwondocas de la preselección nacional cubana, en la etapa de preparación general del macrociclo 2019-2020.
2. En las divisiones ligeras hubo un aumento del peso y del porcentaje de grasa en las medianas, al final de la preparación, las divisiones pesadas y superpesadas tuvieron poca variación.
3. La estimación de la tolerancia de peso para estas atletas fue inferior a otros deportes de combate.
4. El comportamiento del control del peso semanal, durante el estudio no se correspondió con los objetivos de las cargas aplicadas en los microciclos correspondientes.

RECOMENDACIONES

- Continuar estudiando los indicadores de la composición corporal y el somatotipo en las diferentes categorías que practican este deporte tan complejo, incorporando al mismo el estudio de la proporcionalidad y la evaluación del rendimiento deportivo, con el fin de obtener una evaluación científicamente más completa desde el punto de vista morfofuncional y determinar la posible relación entre los parámetros cineantropométricos y los resultado deportivo.
- Realizar estudios y aplicar resultados de evaluación nutricional y del estado de hidratación en estas atletas, así como la repercusión del Ergoplus bebida cubana sobre el rendimiento de las deportista de TKD.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Díaz Peña JC. Conocimiento Sobre El Control Del Peso En Atletas De Deportes De Combate. Instituto De Medicina Deportiva, Facultad de Medicina "Enrique Cabrera", Habana Cuba 2019.
- Jiménez Fernández GY. Propuesta de parámetros cineantropométricos de selección de atletas escolares masculinos de taekwondo a la pirámide del alto rendimiento en Cuba. – La Habana : Editorial Universitaria, 2012. – Tesis (Doctorado). – Universidad de Jaén. – ISBN 978-959-16-1984-6 ..
- León. HB, Viramontes JA, Veitía WC. Estimación Antropológica de la forma corporal de atletas elites cubanos de deportes olímpicos de combate. 2017
- Collazo A. (2010). Folleto teoría y metodología del entrenamiento deportivo. Editorial. Deporte.

