

23. ANÁLISIS DE LAS ADAPTACIONES CARDÍACAS DURANTE LA PRETEMPORADA EN JUGADORES DE BALONCESTO.

A. Vaquera, J. Calleja

Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Universidad de León.
Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. UPV-EHU. Vitoria-Gasteiz.

vaquera@unileon.es; julio.calleja@ehu.es

Resumen

Introducción. La Frecuencia Cardíaca (Fc) expresada como indicador de la intensidad de ejercicio es una herramienta habitualmente utilizada en baloncesto para controlar el entrenamiento en pista, siendo numerosas las investigaciones que han analizado esta variable. Sin embargo, el baloncesto debido a los cambios reglamentarios y a su propia evolución hacia un juego más condicional necesita de una constante actualización en cuanto a su estudio en campo así como de una especialización cada vez mayor en lo referente a sus puestos de juego. Por ello, nuestro Objeto de estudio ha sido evaluar 5 partidos de pretemporada de un equipo profesional de liga LEB (Club Baloncesto León), para poder analizar el comportamiento de la FC en los diferentes periodos. **Material y Método.** Para ello se han registrado las FC, diferenciando tanto máximas (FC máx) como medias (FC med), así como su porcentaje en relación a la máxima en los 5 partidos, mediante la utilización de pulsómetros Polar Team®, en un grupo de 8 jugadores (2 bases, 3 aleros y 3 pivots). **Resultados.** Los resultados obtenidos demuestran que la FC máx registrada en Bases fue de $(186 \pm 11.7 \text{ pm})$ en Aleros $(176 \pm 8.3 \text{ pm})$ y en Pivots $(177 \pm 7.7 \text{ pm})$. Con respecto a FC med; Bases; $(163 \pm 14.3 \text{ pm})$; Aleros $(151 \pm 10.3 \text{ pm})$ y Pivots $(155 \pm 9.4 \text{ pm})$. No se han encontrado diferencias significativas en la FC máx en cada uno de los cuartos, aunque sí se ha observado en el % de FC máx de los Bases vs Aleros y vs Pivots ($p < 0.0001$ y $p < 0.05$, respectivamente).

Conclusión. Los datos de este estudio reflejan que los bases son los que mayores índices de FC presentan y los aleros los que menos. Igualmente la FC máx, obtiene valores altos desde el 1er periodo para llegar a alcanzar los más altos en el último, tanto de FC máx como de % de la misma.

Palabras clave: Baloncesto, Frecuencia cardíaca, Puestos Específicos, Pretemporada.