

RUNNING HEAD: Análisis de la fatiga en baloncesto.

TÍTULO: Análisis hormonal en un equipo de baloncesto de élite durante una temporada

AUTORES: Xavi Schelling, Julio Calleja & Nicolás Terrados.

DIRECCIÓN PARA LA CORRESPONDENCIA

Xavi Schelling, Basquet Manresa S.A.D.

Pabellón Nou Congost. Carretera de Manresa-St.Joan, s/n (08241, Manresa)

Teléfono: 938.721.503. / Fax: 938.728.595.

E-mail: ender80@hotmail.com

ANÁLISIS HORMONAL EN UN EQUIPO DE BALONCESTO DE ÉLITE DURANTE UNA TEMPORADA

PALABRAS CLAVE: Baloncesto, alto nivel, fisiología, fatiga, ratio T/C.

RESÚMEN: Actualmente, en el baloncesto profesional, la alta exigencia de la competición y del entrenamiento requiere de un seguimiento minucioso del efecto que produce en los jugadores. Controlar dicho impacto facilitará el conocimiento de los procesos de recuperación de los deportistas y permitirá un mejor diseño de la dinámica de cargas de forma individual.

Objetivo: Describir el comportamiento de los niveles séricos de Testosterona total (T), Cortisol total (C) y Ratio T/C a lo largo de la temporada.

Metodología: Se tomaron 8 muestras de sangre durante una temporada en un equipo profesional de baloncesto (n=8) de la 1ª división española (ACB). Realizándose cada 4-6 semanas, a las 8:00 AM, tras 24 o 36 horas de recuperación post-partido.

Resultados: La T aumenta después de un descanso de 3.5 días (6ª vs. 1ª, p=0.039; 6ª vs. 5ª, p=0.041) y al final de temporada disminuye muy significativamente (8ª vs. 7ª, p=0.003). El C no presenta variaciones significativas a lo largo de la temporada. En la Ratio T/C se observa una disminución significativa al finalizar la temporada (8ª vs. 1ª, p=0.021; 8ª vs. 7ª, p=0.017) y en el VarT/C (8ª vs. 1ª, p=0.005; 8ª vs. 7ª, p=0.036).

Conclusiones: Tanto los valores de concentración como los de % de variación son útiles para describir los parámetros estudiados. La ratio T/C y/o la T pueden ser posibles indicadores del estado del jugador e incluso podrían justificar, junto con otros indicadores, intervenciones necesarias para optimizar las cargas de entrenamiento de forma individual. Futuras investigaciones deberán comparar estas variaciones con parámetros objetivos de carga de entrenamiento y/u otros moduladores hormonales.