



Respuesta de la frecuencia cardiaca y consumo de oxígeno en jugadoras de balonmano

Javier Fernando Uribarren Reyes¹, Perla Nayely Delgado Morán² y Alin Jael Palacios Fonseca³

1 Facultad de Medicina, Universidad de Colima , 2 Facultad de Medicina, Universidad de Colima. , 3 Facultad de Medicina, Universidad de Colima. . javierpegasus19@gmail.com

El objetivo del estudio es describir los porcentajes de carga de la frecuencia cardiaca y del consumo de oxígeno que alcanzan las atletas de balonmano. Para el estudio fueron recogidos datos en entrenamiento. Veintiséis atletas mujeres entre 10 a 14 años, elegidas del Instituto Colimense del Deporte, participaron en el estudio. Durante los entrenamientos se obtuvieron registros continuos de la frecuencia cardiaca y sucesivamente, en el laboratorio, obtener su Consumo Máximo de Oxígeno (VO₂ máx.)

Los resultados evidencian valores medios de la frecuencia cardiaca fueron de 172.54 ± 18.47 latidos por minuto, lo que supone un 77% de la frecuencia cardiaca máxima (FCM). Los niveles de consumo de oxígeno fueron estimados a partir de los valores de frecuencia cardiaca, evidenciando 66 ± 18.15 %. Se presenta una correlación significativa ($r=-0.830$, $p=0.051$) entre el % de grasa y el consumo máximo de oxígeno.

Por lo cual se concluye que la intervención nutricional puede tener efectos significativos sobre el VO₂ máx., de las deportistas de balonmano.