



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

Javier Fernando Uribarren Reyes<sup>1</sup>, Perla Nayely Delgado Morán<sup>2</sup> y Alin Jael Palacios Fonseca<sup>3</sup>

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 (VO<sub>2</sub> máx.)

Los resultados evidencian valores medios de la frecuencia cardiaca fueron de  $172.54 \pm 18.47$  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  $66 \pm 18.15$  %. 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 VO<sub>2</sub> máx., de las deportistas de balonmano.