

# CARACTERIZACIÓN DEL ESFUERZO EN JUDO A PARTIR DEL ANÁLISIS CONJUNTO DE REGISTROS DE FRECUENCIA CARDIACA Y MODIFICACIONES AGUDAS DE DIFERENTES MANIFESTACIONES DE LA FUERZA.

Eliseo Iglesias Soler, Jorge Dopico Calvo.

Instituto Nacional de Educación Física de Galicia. Universidad de A Coruña.

## RESUMEN.

**Introducción y objetivos:** el propósito del presente trabajo fue conocer la asociación entre la frecuencia cardiaca mantenida durante el enfrentamiento, en el combate de judo, y las modificaciones inmediatas de la capacidad de fuerza del judoca inducidas por dicho esfuerzo. **Material:** plataforma de contacto con el *sistema ErgoJump Bosco System*, dinamómetro manual *Takei modelo 1857*, monitor de ritmo cardiaco y software de análisis de frecuencia cardiaca *Polar Vantage NTV*, programa estadístico SPSS 10.0. **Método:** 5 competidores expertos fueron agrupados por categoría de peso para llevar a cabo dos enfrentamientos con el mismo adversario. Previamente se midieron: dinamometría manual isométrica derecha (DMD) e izquierda (DMI), salto con contramovimiento y acción de brazos (CMJA) y salto con contramovimiento con sobrecarga del 100% de la categoría de peso en competición (CMJPc). Dichas valoraciones fueron repetidas inmediatamente finalizados los enfrentamientos. La frecuencia cardiaca (Fc) fue registrada a lo largo de toda la medición. Para expresar los datos de ritmo cardiaco en porcentajes de la frecuencia cardiaca máxima (Fc max.) y de reserva (Fc res.) se procedió a establecer la frecuencia cardiaca de reposo y la Fc max. en la prueba Course Navette (CN) **Resultados y discusión:** El análisis de los datos reflejó una disminución del rendimiento de fuerza inmediatamente posterior al esfuerzo, más acentuado en las pruebas DMI, DMD y en menor medida en CMJPc. Las frecuencias cardiacas medias fueron superiores al 85% y 90% de Fc max. y Fc res. respectivamente. El incremento de Fc. fue estadísticamente significativo hasta el tercer minutos, a partir del cual los valores fueron superiores al 88% y 92% de Fc max. y Fc res. Las correlaciones entre las variables de frecuencia cardiaca y de fuerza no fueron estadísticamente significativas. **Conclusiones:** No encontramos asociación entre la frecuencia cardiaca y los cambios experimentados en el rendimiento de fuerza, al finalizar los mismos.