

Capacidades físicas condicionales del éxito en lucha: diferencias entre libre olímpica y grecorromana

Physical Capabilities Determining Success in Wrestling: Differences between Freestyle and Greco-Roman

Autor: **José María López Gullón**
Facultad de Ciencias del Deporte
Universidad de Murcia (España)

Directores: **Dr. Jesús García Pallarés**
Facultad de Ciencias del Deporte
Universidad de Murcia (España)

Palabras clave: deporte de combate, fuerza máxima, potencia mecánica, composición corporal, torneo, psicológico, neuromuscular

Dr. Arturo Díaz Suárez
Laboratorio de Fisiología del Ejercicio
Universidad de Castilla-La Mancha (Toledo - España)

Keywords: *combat sport, maximum strength, mechanical strength, body composition, tournament, psychological, neuromuscular*

Fecha de lectura: 23 de noviembre de 2010

Resumen

Este estudio analizó los componentes del rendimiento físico, psicológico y antropométrico que diferenciaban los luchadores de las modalidades masculina (libre olímpica y grecorromana) y femenina (libre femenina) entre los niveles competitivos de élite y *amateur*, así como las diferencias en el perfil psicológico, fisiológico, neuromuscular, antropométrico, de velocidad y extensibilidad muscular que podían existir entre las diferentes categorías de peso en un total de 92 luchadores varones y 35 mujeres altamente entrenados. Los hallazgos de esta tesis doctoral indican que los luchadores considerados de élite en ambos géneros, con participaciones y resultados internacionales en torneos

FILA (campeonatos del mundo y de Europa) ostentan más años de experiencia en el entrenamiento sistemático de la lucha y mayores valores de masa libre de grasa, así como de fuerza dinámica máxima y potencia mecánica ante cargas submáximas en ejercicios de gran cadena cinética, capacidad y potencia anaeróbica en términos absolutos y normalizados en comparación con los luchadores considerados de nivel *amateur*. Otras variables estudiadas como la extensibilidad muscular o la capacidad de aceleración no parecen ser condicionales del nivel competitivo de los luchadores. De entre las variables psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en los luchadores y luchadoras de élite destacan, como

características fundamentales, unos mayores niveles de autoconfianza, control actitudinal, así como puntuaciones medias superiores en el índice total de dureza mental, en relación con los luchadores de menor rendimiento internacional. Así mismo, las importantes diferencias existentes entre el reglamento de las dos disciplinas masculinas incluidas en el programa olímpico (i.e., grecorromana y libre olímpica), principalmente relacionadas con el fraccionado de los periodos de combate y la imposibilidad de emplear el tren inferior para acciones de defensa o ataque en la lucha grecorromana, no parecen propiciar ningún tipo de diferencia de las capacidades físicas y antropométricas estudiadas.

Análisis del modelo de uso-visita de los deportistas-turistas de las vías verdes andaluzas

Analysis of the Model for Use-Visit by Athletes-Tourists of Andalusian Greenways

Autor: **Pablo Luque Valle**
IES Luis Carrillo de Sotomayor (Baena, Córdoba - España)

Directora: **Dra. Socorro Rebollo Rico**
Universidad de Granada (España)

Palabras clave: vías verdes, actividades físicas en la naturaleza, turismo deportivo en la naturaleza, senderismo, cicloturismo

Keywords: *greenways, physical activities in nature, sports tourism in nature, hiking, bicycle touring*

Fecha de lectura: 30 de septiembre de 2011

Resumen

En esta época del ocio y el tiempo libre asistimos a una expansión social del binomio actividades físicas en la naturaleza y turismo deportivo en la naturaleza. Las estadísticas nos revelan que las actividades deportivas más practicadas por los turistas de naturaleza son el senderismo y el cicloturismo. Fruto de este fenómeno, la Fundación de los Ferrocarriles Españoles creó en 1993 el programa Vías Verdes. Por vía verde se consideran "los antiguos trazados ferroviarios en desuso reutilizados como itinerarios no motorizados", para la práctica de senderismo, ciclismo, patinaje, carrera, rutas ecuestres, movilidad reducida, etc., según advierte Carmen Aycart (2010), directora de Actividades Ambientales y Vías Verdes de la Fundación de los Ferrocarriles Españoles. España en la actualidad cuenta con más de 1.900 kilómetros de este tipo de infraestructura no motorizada,

siendo Andalucía la región que más kilómetros de vías verdes aporta al programa nacional. Los deportistas y turistas encuentran en estas, gracias a sus características inherentes (físicas, comerciales y de usuarios-visitantes), una excelente opción para planificar sus actividades o sus viajes.

Ante el crecimiento de las vías verdes y las escasas investigaciones nacionales e internacionales que tienen a estas como objeto de estudio, se ha analizado el modelo de uso-visita de los deportistas-turistas de las vías verdes acondicionadas andaluzas. Para ello se planteó un diseño no experimental, secuencial y descriptivo (Sierra, 2001), enmarcado en una metodología cuantitativa. Como técnica de obtención de datos utilizamos la encuesta y como instrumento el cuestionario. Utilizando un muestreo aleatorio, estratificado desproporcional en base a la zona geográfica,

afijación de compromiso entre uniforme y proporcional y estrategia aleatoria. Estudiando una muestra de 457 sujetos, con un error muestral de $\pm 4,68\%$, a un nivel de confianza de $95,5\%$ (2σ) y una desviación típica $p/q = 50\%$. Los hallazgos obtenidos, a través de análisis estadístico descriptivo, *clusters* e inferencial, nos aportan como conclusiones más relevantes que el perfil sociodemográfico de la población es hombre de edad media cuya procedencia es nacional-local, en estado de casado-conviendo, trabajador, con estudios de primaria y no discapacitado, el cual se desplaza andando o en bicicleta y va acompañado; la existencia de dos grandes grupos, viaverdistas senderistas y viaverdistas ciclistas y la consideración de estas infraestructuras no motorizadas como instalaciones deportivas, relegando a un segundo plano el aspecto turístico, a pesar del enorme potencial que ostentan.

Calificación: sobresaliente *Cum laude*
por unanimidad.