

<p>CONVOCATORIA 2018 Vigencia: 1/12/17 al 1/03/18</p>	<p>PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO</p>
<p>Título: INCIDENCIA DE LA RECUPERACIÓN ACTIVA SOBRE LAS CONCENTRACIONES DE LACTATO SANGUÍNEO EN JUGADORES DE FUTSAL DE LA UMAZA, DURANTE LA COMPETENCIA.</p>	
<p>Director de Proyecto: German Casado</p>	
<p>Dirección de correo electrónico: gcasado@umaza.edu.ar</p>	
<p>Integrantes del Equipo de Investigación:</p> <p>Federico Daniel Wickel – Investigador</p> <p>Ignacio Luvello - Investigador</p> <p>Cecilia Farina – Becaria estudiante</p>	
<p>Carrera/s UMaza a la/s que está asociado el Proyecto: Profesorado y Licenciatura en Educación Física</p>	

• **DESARROLLO DEL PROYECTO**

<p>RESUMEN</p>
<p>La importancia del proyecto se centra en encontrar una forma práctica y efectiva para que el jugador de futsal se recupere con mayor rapidez en los intervalos de descanso y así mejorar su rendimiento físico y coordinativo durante todo el calendario de competencia. La</p>

Universidad podrá beneficiarse con una investigación original y específica que puede llegar en el futuro a ser publicado en ámbitos científicos y con transferencia al medio local y regional.

DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Objetivo general:

Validar o refutar la eficacia de la utilización de la bicicleta estática durante la competencia de futsal para acelerar la resíntesis del ácido láctico en los jugadores de la UMaza.

Objetivos específicos:

- Realizar selección bibliográfica de los antecedentes a nivel mundial, regional y local del método propuesto como acción del proyecto.
- Seleccionar los elementos muestrales y el método a utilizar.
- Medición del lactato a jugadores/as del plantel de primera división de la UMaza, durante el torneo apertura de futsal de Mendoza.
- Análisis de resultados.
- Redacción del Informe Final.

Como sujetos de estudio se utilizarán los jugadores de las primeras divisiones (masculino y femenino) de futsal de la UMaza.

Para medir el lactato en sangre se utilizará el sistema Accutrend® Plus de Roche, para valorar los niveles de ácido láctico en los jugadores previo a la competencia (inicio del partido), al momento de entrar en periodo de recuperación, al finalizar el mismo y por último al terminar el partido. Con esos valores se podrá monitorear la lactacidemia de los jugadores y valorar la incidencia de la recuperación activa en bicicleta estática.

Se espera contar con un universo muestral de 30 personas entre femeninos y masculinos pertenecientes a la primera división de Futsal de la UMaza.

RESULTADOS ESPERADOS

Se espera que los jugadores que realicen una recuperación activa en los periodos de descanso, disminuirían más rápido los niveles de lactacidemia y directamente mejorarían su performance en la competencia, en comparación con aquellos jugadores que solamente se recuperen en forma pasiva o estáticamente.