

CONVOCATORIA 2015 Vigencia: 1/04/17 al 31/03/19	PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO
Título: Relación en el rendimiento de ejercicios propuestos según categorización del sistema energético predominante y las ayudas ergogénicas nutricionales en futbolistas de alta competencia, y su relación con la posición en el campo de juego	
Resoluciones de aprobación: 566/17 y 367/18	
Línea/s de Investigación: Nutrición Deportiva.	
Director de Proyecto: Bruno Rodríguez	
Dirección de correo electrónico: Bruno.rodriguez.j@gmail.com	
Integrantes del Equipo de Investigación:	
Indiana Morales - Co-directora	
Luis Muratori - Investigador	
Javier Urquizu – Investigador	
Flavia Rini - Becaria estudiante	
Antonella Ilardo - Becaria estudiante	
María Victoria Segura - Becaria estudiante	
Carrera/s UMaza a la/s que está asociado el Proyecto: Nutrición	
Unidad/es Académica/s UMaza: Decanato Ciencias de la Nutrición	
Proyecto es Interinstitucional junto a Club Atlético Huracán Las Heras.	

- **DESARROLLO DEL PROYECTO**

RESUMEN

La nutrición es un factor relevante en el rendimiento deportivo. El objetivo de la nutrición deportiva es aportar la cantidad de energía apropiada, otorgar nutrientes para la mantención y reparación de los tejidos y, mantener y regular el metabolismo corporal.

La nutrición deportiva es una rama especializada de la nutrición aplicada a las personas que practican deportes de diversa intensidad. El objetivo de la nutrición relacionada al deporte es cubrir todas las etapas relacionadas a éste, incluyendo el entrenamiento, la competición, la recuperación y el descanso.

Además, correlacionar el sistema energético predominante ya sea la vía de la creatina fosfato o el de la fosforilación oxidativa diferenciándolos por jugador, tipo de ejercicios, suplementos y una dieta adecuada a sus necesidades individuales.

La ciencia que engloba a las evaluaciones morfológicas se denomina Cineantropometría que según una definición general es el estudio de la forma, la composición y la proporción humanas, utilizando medidas, del cuerpo y su objetivo es comprender el movimiento del hombre con relación al ejercicio, al desarrollo, al rendimiento y a la nutrición.

De esta forma podemos dividir el grupo en futbolistas con trabajo predominante anaeróbico de fuerza y potencia, un grupo con trabajo predominante aeróbico de resistencia y un grupo de control o placebo.

Este grupo se someterá a diversos test propuestos con una periodicidad determinada entregando los suplementos necesarios y una dieta que cubra sus necesidades energéticas con una modificación en la molécula calórica para así comprobar de forma directa su impacto directo y su hipotética alza de rendimiento sostenido

Finalmente, es importante considerar el uso de suplementos en los deportistas basados en la evidencia de la medicina actual, de manera de obtener beneficios a partir de ellos, evitar riesgo de salud y de dopaje.

DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Objetivos:

- Conocer los sistemas energéticos según puesto en el campo de juego.
- Verificar el alza de rendimiento según ejercicios propuestos.
- Contextualizar y caracterizar la muestra según el club deportivo, la táctica del director técnico y su técnica individual según la metodología propuesta.
- Demostrar la efectividad de las ayudas ergogenicas en el deporte de alto rendimiento.
- Comprobar el mayor rendimiento versus el grupo placebo.

RESULTADOS ESPERADOS

Tras la realización de la investigación, se espera observar un alza en el rendimiento deportivo de los jugadores y de esta manera verificar los beneficios propuestos por las ayudas ergogénicas nutricionales, es decir, el cumplimiento de la hipótesis propuesta.

Además de evidenciar la importancia de establecer la nutrición como factor preponderante en los deportes de alto rendimiento.