



## PROYECTO: VALIDACIÓN DE TEST “TDIEJ”

**OBJETIVO:** Validar un test específico de judo y estudiar la temperatura de la piel de los atletas durante el test.

Para ello, se efectuarán tomas de consumo máximo de oxígeno, imágenes termográficas de los miembros superiores y/o inferiores, antropometría, análisis de lactato tomada en el lóbulo de la oreja, frecuencia cardíaca, percepción subjetiva de esfuerzo. Los tests y todo el proceso de toma de datos serán realizados por investigadores de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) de Madrid y supervisados por miembros del equipo técnico de la federación.

Los sujetos del estudio serán miembros de los equipos de tecnificación de las federaciones madrileña y nacional de Judo, judocas de equipos de la Comunidad de Madrid, y alumnos de la especialidad de Judo del INEF de Madrid.

Los sujetos acudirán a la sesión de toma de datos descansados, con un mínimo de siete horas dormidas y presentarse para la toma de datos con short (malla corta) o ropa de baño (hombres) y short (malla corta) y top (mujeres) por debajo del judogi.

El proyecto se llevará a cabo entre los días 18 y 25 de Mayo en sesiones de mañana (de 9,30 a 13,30) de 16,30 a 20,30), Los días y horas de la toma de datos serán acordados con el judoca o las clubes por parte de Alfonso López Díaz de Durana, profesor del INEF de Madrid y técnico de la Federación Española de Judo (Para contactar con Alfonso, llamar al 639162943 [alfonso.lopez@upm.es](mailto:alfonso.lopez@upm.es))

EL resultado del proyecto permitirá el establecimiento de un test de referencia para estimar el VO<sub>2</sub>max del judoca a través de la frecuencia cardíaca sin la necesidad de equipamientos costosos y procesos invasivos para el judoca.

Los datos del proyecto serán confidenciales y custodiados por los responsables de la investigación. Tras realizar el análisis de los resultados, le será enviado un informe de la investigación, a los judocas que así lo indique en el consentimiento informado que se adjunta.

El registro de imágenes termográficas es completamente inocuo, pues únicamente se registra a distancia y sin ningún tipo de contacto. La radiación de calor que el cuerpo desprende es captada por la cámara, la cual no emite ningún tipo de radiación. La toma de lactato se realizará por personal debidamente cualificado y la cantidad de sangre extraída será mínima por lo que no afectará al rendimiento físico de los judocas. El test máximo específico de judo es necesario para medir el consumo máximo de oxígeno y valorar el rendimiento del judoca, para ello se utilizará un equipo medición del intercambio gaseoso. Este test es una prueba de esfuerzo específica de la disciplina. El test será supervisado por el equipo de evaluación en todo momento.

La realización de la prueba es voluntaria. Si en cualquier momento durante la realización de la misma cambiara de opinión, por cualquier motivo puede decidir no seguir realizándola. En cualquier momento puede ejercitar sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición a dichos datos comunicándose al responsable de la investigación, D. Manuel Sillero Quintana ([manuel.sillero@upm.es](mailto:manuel.sillero@upm.es)).

TODOS AQUELLOS JUDOCAS INTERESADOS EN LA PARTICIPACIÓN EN EL ESTUDIO CONTACTAR URGENTEMENTE CON ALFONSO ANTES DEL DÍA 16 de Mayo de 2016. Escribiendo un mensaje a [alfonso.lopez@upm.es](mailto:alfonso.lopez@upm.es) indicando el nombre y teléfono de los judocas interesados y el día y la sesión (mañana o tarde) en la que desean participar.

Agradecemos de antemano la colaboración de las federaciones y clubes de Judo.

EQUIPO DE APOYO TECNOLÓGICO A LAS FEDERACIONES ESPAÑOLA Y MADRILEÑA DE JUDO DEL INEF DE MADRID.