

Test biomecánico de velocidad e parataekwondo

El Centro de Investigaciones del Deporte Cubano (CIDC) Realizo Test biomecánico de velocidad de reacción a atletas del equipo nacional de parataekwondo.

Un combate cuerpo a cuerpo con Armando Padrón

Tomado del blog deportetotal.net

Armando Padrón formó parte durante muchísimos años del cuerpo de entrenadores de la selección nacional de judo femenino. A partir de 2017, comenzó sus labores en el Centro de Investigaciones del Deporte Cubano, especializado en las disciplinas de combate.

Desde este puesto trata de aportar sus conocimientos para lograr un mayor rendimiento en las modalidades que constituyen un bastión de Cuba en las citas multideportivas.

Padrón, como todos lo conocen, aceptó el combate cuerpo a cuerpo, y nos puso al día sobre todo lo que se hace en materia de ciencia en estos deportes.

¿Qué trabajo realizan ustedes desde el punto de vista científico con los deportes de combate?

«Poseemos un equipo de personas para trabajar con estos deportes, entre ellos cardiólogos, enfermeros y el grupo que labora directamente en el Centro de Investigaciones del

Deporte Cubano con las disciplinas de combate.

«Varias innovaciones hemos realizado con el judo y la lucha. En el caso del judo, una de ellas fue premiada a nivel provincial, el remoergómetro con mangas. Partimos de la característica de que el judoca en su combate no corre, y ellos anteriormente realizaban las pruebas de esfuerzo máximo sobre una estera rodante, por lo cual hicimos una adaptación a un remoergómetro con mangas.

«Además, llevamos a cabo otro tipo de exámenes haciendo kusuhi para disponer de una lectura tanto como fisiológica como funcional de cada atleta».

¿Y en el caso de la lucha?

«Creamos una aparatadura, partiendo de que los luchadores cambian de agarre en los primeros tiempos de tres minutos alrededor de 23 veces. Fabricamos un aparato y los luchadores van cambiando su agarre por los diferentes lugares y así se hace el ejercicio más específico, y lo más parecido posible al escenario real de competencia.

«Para los luchadores del estilo grecorromano aportamos una innovación sobre la estera rodante, donde ellos efectúan el ejercicio formacional de este tipo de atleta, tratando de incluir los brazos por debajo de las axilas de su contrario».

¿Cómo llevar estos retos científicos a los atletas con discapacidad?

«Hemos realizado varios trabajos con el parataekwondo basados en el pateo, la velocidad de reacción de acuerdo al ejercicio que practican, pues ellos tienen un tiempo diferenciado de combate. Le hacemos prueba de esfuerzo máximo sustentado en la limitación de cada uno. A los judocas discapacitados les aplicamos el mismo procedimiento que a los del judo convencional».

¿Cuánto le aporta a usted su experiencia de tantos años como entrenador de la selección nacional de judo?

«La experiencia como entrenador sirve para visualizar a cada atleta, sobre todo en las pruebas de esfuerzo máximo, con el objetivo de saber cuándo llega a su tope. Todos no son iguales, y esto es un factor determinante para decirles a los entrenadores sobre la superioridad de un atleta con respecto a otro.

«Siempre intentamos hacerlo así porque nuestro anterior director, René Romero, nos explicaba que con los atletas se debe trabajar en el índice máximo de sus capacidades para después obtener un resultado cuando llegue ese clímax máximo de gestión».

Evaluaron en la EIDE de Matanzas

En el Centro de Investigaciones del Deporte Cubano se evaluaron en el día de ayer, en la EIDE de Matanzas, más de 150 estudiantes/atletas de 11 Deportes.

Erva Brito y el trabajo con

Los atletas discapacitados

El Centro de Investigaciones del Deporte Cubano (CIDC) apoya con sus estudios y logros científicos a los atletas con discapacidad. La doctora Elba Brito Vázquez dirige el proyecto de evaluación integral de la preparación para deportistas con condiciones especiales en el alto rendimiento.

Deporte Total dialogó con esta especialista con el propósito de conocer sobre los detalles del proyecto. La ciencia vinculada al deporte toma importancia en una sociedad inclusiva, por ello destaca la labor que realizan.

¿En qué consiste este proyecto?

«Comenzó en enero de 2022 y posee 18 integrantes, compuesto por estudiantes de la universidad y una doctora del Centro de Investigaciones y Restauración Neurológica (Ciren) que atiende las temáticas relacionadas con el sueño, además de investigadores del centro.

«Este proyecto realiza evaluaciones de todas las áreas de la institución con los atletas discapacitados. Actualmente, hemos llevado a cabo estudios con parataekwondo, parabádminton y los judocas, a los cuales efectuamos pruebas de cardiología, biomecánica y estudios de contrarios. También de velocidad de reacción y el test de sueño, pues el resultado final es una evolución integral de los mismos».

Entre los objetivos del proyecto se incluye la obtención de buenos logros tanto en los Parapanamericanos de Santiago de Chile como en los Paralímpicos de París. Coméntanos...

«En efecto, incluso hicimos pruebas antes del clasificatorio a los atletas de parataekwondo, donde hay varios clasificados y se encuentran concentrados en la capital. Las mismas las repetiremos con el propósito de ayudar en gran medida a los entrenadores, ofreciéndoles resultados en tiempo real».

¿Cómo han asumido los atletas el trabajo con la ciencia?

«Es un trabajo de gran impacto, no solo para los atletas sino para los entrenadores, y en el país ha sido acogido muy bien. Estamos recibiendo solicitudes de provincias porque no todos los deportistas con discapacidad se encuentran en la capital.

«Ya estuvimos en Cienfuegos con el parabádminton. Luego lo continuamos aquí en La Habana antes de ellos salir al clasificatorio. En estos momentos casi todos los deportes están demandando nuestros servicios».

Para ustedes como científicos tiene un alto grado de sensibilidad trabajar con estos atletas...

«Para nosotros ha sido una tarea compleja, pues hemos debido estudiar constantemente. Estos atletas pertenecen a clases, tienen una clasificación para competir, por lo que el grupo que forma parte del proyecto, en su mayoría jóvenes, tiene que investigar sobre las particularidades de ellos.

«Reviste una gran importancia, dado que en el Centro este es un trabajo nuevo que nos está dando frutos. Además, es de amplia sensibilidad pues conocemos interioridades de los atletas que nos acercan incluso más allá de las investigaciones. Hemos hecho una labor buena con ellos y estamos muy contentos».

Evaluaciones en el día de ayer, en la EIDE de Matanzas

El Centro de Investigación del deporte cubano hizo evaluaciones en el día de ayer, en la EIDE de Matanzas, más de

150 estudiantes/atletas de 11 Deportes.

El Centro de Investigación del Deporte Cubano sigue expandiendo su Ciencia.

Taller científico metodológico de socialización de experiencias sobre evaluación de la reserva deportiva cubana

Y así se despidió el Equipo del Centro de investigación del deporte cubano que partió en la mañana para Matanzas a realizar el “I TALLER CIENTÍFICO METODOLÓGICO DE SOCIALIZACIÓN DE EXPERIENCIAS SOBRE EVALUACIÓN DE LA RESERVA DEPORTIVA CUBANA”

Visita de funcionarios de Argelia

Nos honra con su visita hoy en el centro de investigación del deporte cubano un funcionario del Deporte de Argelia, acompañado de una pequeña delegación de dicho país, con vista a seguir fortaleciendo alianzas.

Análisis biomecánicos de Levantamiento de Pesas

Hoy nuestros investigadores del Centro de Investigaciones del Deporte Cubano se trasladan a los entrenamientos de Levantamiento de Pesas y realizan filmaciones para posteriores análisis biomecánicos.

Test de potencia de miembros inferiores

La ciencia no descansa en el Centro de Investigaciones del Deporte Cubano

Se aplica el test de potencia de miembros inferiores a atletas juveniles de Atletismo, de la disciplina 100 metros con vallas.

Visita de funcionarios de la federación internacional de

judo

Hoy 24 de Enero de 2023 tuvimos en el Centro de investigación del deporte cubano la visita de funcionarios de la federación internacional de judo.