

HANDBOL

L'Handbol Ribes i la FCH col·laboren amb un estudi sobre l'handbol femení

↳ Un grup de cinc investigadors de l'INEFC de Lleida (Udl) i l'INEFC de Barcelona (UB) estan realitzant el projecte "Anàlisi de les demandes psico-fisiològiques en l'handbol femení amateur", dirigit pel Dr. Francisco Corbi Soler i el Dr. Gabriel Daza Sobrino, amb el suport d'investigadors de l'Escola Universitària de la Salut i l'Esport a Amposta (EUSES TE) i la Universitat Jaume I de Castelló (UJI).

Aquest estudi pilot compta amb la participació de l'equip sènior femení de l'Handbol Ribes, de Lliga Catalana Sènior Femenina, i la col·laboració de la Federació Catalana d'Handbol (FCH), fruit del conveni que aquesta institució ha signat, des de fa diverses temporades, amb l'INEFC.

El plantejament experimental consta d'un disseny d'estudi observacional en què, amb les jugadores de l'Handbol Ribes, al llarg de diferents sessions d'avaluació, es registraran diverses



variables fisiològiques, psicològiques i cinemàtiques.

El projecte s'organitza temporalment en dues fases: 1) Període precompetitiu (període previ a l'inici de la temporada competitiva) i, 2) període competitiu, on es registraran diverses variables durant els partits competitius. Durant la primera fase de la lliga s'anitzaran les demandes específiques del joc mitjançant dispositius LPS, pulsòmetres, test psicològics i Time Motion dels partits.

El projecte aportarà dades inèdites en equips femenins d'handbol amateur, un

grup que es considera diana per la transcendència en el volum de percentatge de practicants d'aquesta tipologia.

L'interès científic i social d'aquest projecte resideix en l'aportació de nou coneixement científic i metodològic per a l'anàlisi i la gestió de les càrregues d'entrenament en general en els esports col·lectius, i de manera particular en l'handbol femení.

L'aportació d'aquest projecte serà beneficiosa per als col·lectius implicats, com són els entrenadors, preparadors físics, fisioterapeu-

tes, entre altres, i que generalment busquen recursos i coneixements de caràcter eminentment pràctic. A més, aquest estudi podria contrastar i confirmar la idoneïtat dels protocols actuals d'avaluació preparticipatius o precompetitius. Finalment es realitzaria, per primera vegada, l'anàlisi de les demandes competitives en handbol femení amateur amb una tecnologia nova, la qual cosa aportaria un coneixement actualitzat i profund d'aquesta disciplina.

En resum, en acabar el projecte es vol divulgar una metodologia ajustada a les evidències i els resultats obtinguts i generar una línia d'estudi per a l'obtenció de les diferents variables, adaptades a les necessitats dels diferents equips, perquè qualsevol membre del staff pugui veure's beneficiat del treball realitzat en aquest projecte.

Tot plegat, un gran projecte, en què l'handbol català és el protagonista i, alhora, serà el gran beneficiat ●