

EDAD, TIEMPO DE PARTICIPACIÓN Y RENDIMIENTO DE LOS JUGADORES DE BALONCESTO DE LOS JUEGOS OLÍMPICOS

Alfonso, J.D ; Ortega, E.& Palao, J.M.

¹ Universidad Católica San Antonio (UCAM); email: josedanielct@hotmail.com

INTRODUCCIÓN

El alto rendimiento deportivo viene determinado por un conjunto de factores que interactúan a lo largo de la vida del deportista llevándolo a altos niveles de prestación para la modalidad requerida [2]. Para cada uno de los factores, se hace necesario tener en cuenta el desarrollo del jugador, tanto física como psicológicamente, de manera que pueda haber un desarrollo adecuado. Tres son las etapas en que se clasifica la vida deportiva del jugador de baloncesto [1 y 5]: la etapa de iniciación, en la que el joven deportista comienza su práctica de manera organizada; la etapa de desarrollo o aprendizaje, con un aumento de cantidad de horas de dedicación; y la etapa de perfeccionamiento, en la cual los deportistas alcanzan el nivel deportivo más alto.

En la clasificación de dichas etapas, la edad es utilizada como factor limitante en la determinación de periodos [3, 4 y 5], de ahí la necesidad de conocer cuales son los edades de formación y cuales las de máximo rendimiento.

El objetivo del presente trabajo es conocer las edades de máximo rendimiento deportivo de los jugadores de baloncesto participantes en los Juegos Olímpicos.

MÉTODO

La muestra estuvo formada por 252 jugadores de baloncesto integrantes de los 24 equipos que disputaron los Juegos Olímpicos de Pekín 2008, de los cuales 127 fueron varones y 125 mujeres (N=252). Se utilizó para la recogida de información la página oficial de dicha edición de los Juegos Olímpicos (<http://en.beijing2008.cn>). Se analizaron las siguientes variables:

a) sexo; b) edad (a partir de la fecha de nacimiento); c) indicadores de rendimiento (minutos por partido, lanzamiento de 1, 2, y puntos convertidos e intentados, porcentaje de eficacia en el lanzamiento de 1, 2 y 3 puntos, rebotes defensivos y ofensivos, asistencias, pérdidas, robos, tapones, faltas recibidas, puntos totales y puntos por partido).

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los resultados muestran unas medias superiores a los 25 años para ambas categorías y en todas las posiciones, tendiendo a ser más cercanas a los 30 (véase tabla 1). En masculino, los bases con mejores indicadores tienen una edad superior a 29 años; los mejores aleros entre 27 y 29 años, mientras que en pivots varía entre 25-28 años. En categoría femenina las bases con mejores indicadores tienen por encima de 29 años, las aleros entre 25 y 29 años, mientras que las mejores pivots son mayores de 28 años. Se corroboran diversos estudios realizados tanto en NBA [4], con medias de mayor rendimiento a partir de los 27 años, así como los de ACB y LEB [3].

Se debería tener en cuenta este factor, por tanto, a la hora de la selección de jugadores para las competiciones internacionales, así como en los procesos de formación y planificación deportiva a largo plazo.

Tabla 1: Valores medios de edad de máximo rendimiento en función del puesto específico

	GRUPOS SEGÚN POSICIÓN ESPECÍFICA		
	Bases	Aleros	Pívots
Masculino	Más de 29 años	Entre 27-29 años	Entre 25-28 años
Femenino	Más de 29 años	Entre 26-29 años	Más de 28 años

CONCLUSIONES

La edad óptima para la selección de jugadores de baloncesto en selecciones internacionales tanto masculinos como femeninos se encuentran en torno a los 27 años.

REFERENCIAS

- Ibáñez, I. (2005). Principios para la planificación del entrenamiento en baloncesto en etapas de formación. *Propuestas para un baloncesto de calidad..* Avafieb: Vitoria.
- Lorenzo, A. & Sampaio, J. (2005). Reflexiones sobre los factores que pueden condicionar el desarrollo de deportistas de alto nivel. *Apunts*, **80**, 63-70.
- Ortega, E., Palao, J.M., Gómez, M.A., & Lorenzo, A. (2006). Influence of age on performance and participation in Spanish men's basketball. En H. Dancs and M. Hughes (Eds.), *Book of Abstract of 7th World Congress of Performance and Analysis of Sport* (p.74).
- Ortega, E., Palao, J. M., Ibáñez, S.J., Sampaio, J., Gómez, M.A. & Lorenzo, A. (2007). Influencia de la edad en la participación y en el rendimiento en jugadores de baloncesto profesionales (N.B.A). *Revista portuguesa de ciencias do desporto*, **7**, 81-84.
- Sáenz-López, P., Giménez, F.J., Sierra, A., Ibáñez, S.J., Sánchez, M. & Pérez, R. (2006). *La formación del jugador de baloncesto de alta competición*. Sevilla: Wanceulen.

AGRADECIMIENTOS

Este trabajo ha sido desarrollado en parte gracias a la beca colaboración 2008 del Ministerio de Educación de España.