
COMPARACIÓN DE LA FATIGA DE LA MUSCULATURA INSPIRATORIA
POSTERIOR A UN EJERCICIO MÁXIMO ENTRE SUJETOS DEPORTISTAS Y
SEDENTARIOS DE LA UNIVERSIDAD DE TALCA

CAROLINA MILLARAY ACUÑA GONZÁLEZ
JAVIERA BELÉN ARCE MOLINA
ELISABET ANTHIANI RETAMAL LEIVA
JACQUELINE IVONNE RODRÍGUEZ RUIZ
LICENCIADO EN KINESIOLOGÍA

RESUMEN

Objetivo: Determinar las diferencias en la fatiga de la musculatura inspiratoria frente a un ejercicio máximo entre sujetos jóvenes sedentarios y futbolistas pertenecientes a la Universidad de Talca durante el año 2019. **Metodología:** Para determinar la condición física inicial se realizaron distintas evaluaciones a un total de 15 sujetos, tales como test de Astrand, presión inspiratoria máxima, cuestionarios de actividad física y del deportista. El 80% de la carga obtenida en el test de carga incremental se aplicó en la prueba de esfuerzo máximo que buscaba fatigar la musculatura inspiratoria. **Resultados:** La caída de la Pimax pre y post ejercicio fue de $20,75 \pm 11,82$ cmH₂O, correspondiendo a un $15,5 \pm 9,09\%$ en sujetos sedentarios sanos y $23,57 \pm 6,7$ cmH₂O en futbolistas, correspondiendo a un $14,49 \pm 3,76\%$. **Conclusión:** La realización de un test máximo genera caída de la Pimax en ambos grupos, es decir, fatiga de la musculatura inspiratoria. El porcentaje de caída frente a un ejercicio máximo en sedentarios representa el 15,5%, medida a través de la Pimax posterior al test de fatiga y el porcentaje de caída de la Pimax frente a un ejercicio máximo en deportistas fue del 14,5%, medición realizada de la misma manera. No existen diferencias significativas en el porcentaje de caída de la Pimax frente a un ejercicio máximo entre sujetos jóvenes sedentarios y futbolistas.

ABSTRACT

Objective: Establish the differences on the inspiratory musculature fatigue in relation of a maximum exercise between young sedentary and footballers subjects who owns to the University of Talca during the year 2019. **Methodology:** Different evaluations were carried out on a total of fifteen subjects to identify their initial condition, including the Astrand Test, maximum inspiratory pressure, physical activity and athlete questionnaires. The 80% of the obtained charge in the incremental load test was applied in the maximum effort test, which sought to fatigue the inspiratory musculature. **Results:** For healthy sedentary subjects the pre and post exercise Pimax fall were $20,75 \pm 11,82$ cmH₂O and $15,5 \pm 9,09$ cmH₂O respectively, and for footballers were $23,57 \pm 6,7$ cmH₂O and $14,49 \pm 3,76$ cmH₂O respectively. **Conclusion:** The execution of a maximum test generates a fall on the Pimax in both groups, which means, inspiratory musculature fatigue. The Pimax fall percentage in front of a maximum exercise on sedentary subjects represents the 15,5%, measured through the posterior Pimax to the fatigue test achievement, while the maximum exercise in athletes was 14,5%, measuring done through the Pimax at the end of the fatigue test. There aren't significative differences in the Pimax fall between young sedentary and athlete subjects.