

Cardiorespiratory responses to Yo-yo Intermittent Endurance Test in nonelite youth soccer players.

J Strength Cond Res. 2006 May;20(2):326-30

Risposte cardiorespiratorie nello Yo-Yo Intermittent Endurance Test in giovani calciatori non di elite.

Autori: Castagna C, Impellizzeri FM, Belardinelli R, Abt G, Coutts A, Chamari K, D'Ottavio S

Questo studio ha esaminato la validità dello Yo-Yo Intermittent Endurance Test (Livello 1; YYIET) quale indicatore della potenza aerobica in giovani calciatori. Le risposte cardiorespiratorie sono state esaminate in 18 giovani calciatori non di elite moderatamente allenati (età, 16,6 +/- 0,8 anni; altezza, 178,7 +/- 6,2 cm; massa corporea, 69,8 +/- 6,0 kg; VO₂peak, 52,8 +/- 7,4 ml x kg(-1) x min(-1)) mentre eseguivano sia lo YYIET sia un test incrementale al nastro trasportatore. Sono stati misurati la massima frequenza cardiaca (HRmax), il rapporto di scambio respiratorio (RER), l'O₂ pulse, il VO₂ peak e la massima ventilazione (V_{emax}). Il VO₂peak, l'HRmax, la RER, e l'O₂ pulse del gruppo nello YYIET sono stati non significativamente differenti dalle risposte ottenute con il test al nastro trasportatore ($p > 0.05$). La V_{emax} è stata significativamente più bassa ($p < 0.05$) durante lo YYIET, comparata alla condizione del nastro trasportatore. Correlazione non significativa è stata trovata tra il VO₂ peak al nastro trasportatore e la prestazione nello YYIET ($p > 0.05$). Questo studio ha mostrato che lo YYIET provoca il VO₂ peak e le risposte della frequenza cardiaca. Comunque, i risultati della prestazione nello YYIET non sono risultati essere correlati al VO₂ peak misurato in laboratorio. Inoltre, il VO₂ peak raggiunto durante la prova al nastro trasportatore non riflette il VO₂ peak ottenuto durante lo YYIET, come mostrato dai larghi limiti di accordo. Come conseguenza, comparato ad altri test da campo a navetta, lo YYIET sembra essere un debole indicatore della potenza aerobica in giovani calciatori moderatamente allenati.

Traduzione non autorizzata a cura di Alessandro Ruspantini.