

**UNIVERSIDAD NACIONAL MICAELA BASTIDAS DE APURÍMAC**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN**  
**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE EDUCACIÓN**  
**ESPECIALIDAD EDUCACIÓN FÍSICA Y DANZAS**



**“CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS Y RENDIMIENTO FÍSICO-  
TÉCNICO EN EL FÚTBOL DE LOS ADOLESCENTES DE 14 A 16 AÑOS  
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MIGUEL GRAU, ABANCAY-2010”**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN  
EDUCACIÓN ESPECIALIDAD: EDUCACIÓN FÍSICA Y DANZAS**

**RAUL MINA ZAMALLOA  
JONSHON AVENDAÑO SORIA**

**ASESOR: Mg. PASCUAL AYAMAMANI COLLANQUI**

**Abancay – diciembre del 2010  
PERÚ**

UNIVERSIDAD NACIONAL MICAELA BASTIDAS DE APURIMAC		
CÓDIGO	MFN	
<table border="1"><tr><td>T EFD M 2010</td></tr></table>	T EFD M 2010	BIBLIOTECA CENTRAL 28 MAR 2012
T EFD M 2010		
FECHA DE INGRESO:	00079	
Nº DE INGRESO:		



**CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS Y RENDIMIENTO FÍSICO-TÉCNICO EN EL FÚTBOL DE LOS ADOLESCENTES DE 14 A 16 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MIGUEL GRAU, ABANCAY-2010.**

Dedico a mi madre que en todo momento me dió todo su apoyo incondicional para poder realizar la presente investigación, y al asesor que me guió con sus conocimientos.

Jonshon.

Dedico este trabajo de investigación a todos los seres queridos, como es mi familia, especialmente a mi madre, mi hija y mi amor de mi vida.

Raúl.

## AGRADECIMIENTOS

Agradecemos infinitamente a Dios por darnos la existencia de vida en la faz de la tierra y también al a nuestros padres y madres por su apoyo incondicional en nuestra formación profesional. También agradecemos a los docentes de la universidad, especialmente a nuestro asesor Pascual Ayamamani Collanqui, quien a pesar de todo y en todo momento, nos brindó los conocimientos necesarios para la realización de esta investigación.

## **AUTORIDADES UNIVERSITARIAS**

**Dr. Leoncio Carnero Carnero**  
**RECTOR DE LA UNIVERSIDAD MICAELA BASTIDAS DE APURÍMAC.**

**Ph. D. Lucy M. Guanuchi Orellana**  
**VICERRECTORADO ACADÉMICO**

**Dr. Mario Huamán Rodrigo**  
**VICERRECTORADO ADMINISTRATIVO**

**Lic. Hilda Maribel Huayhua Mamani**  
**DECANO DE LA FACULTAD DE EDUCACIÓN Y DEPENDENCIAS**

**Lic. Oswaldo Quispe Quispe**  
**DIRECTOR DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN**

**Mgt. Pascual Ayamamani Collanqui**  
**JEFE DE DEPARTAMENTO DE ADMINISTRACIÓN**



## **JURADOS**

.....  
**Mg. JUSTO JUAN VIZA ASTULLI**  
**Presidente de Jurados**

.....  
**Lic. TEODORO ARENAS MAMANI**  
**Primer Miembro de Jurados**

.....  
**Lic. ABEL CALLO JIMENEZ**  
**Segundo Miembro de Jurados**



## ÍNDICE DE CONTENIDO

	Pág.
DEDICATORIA.....	5
AGRADECIMIENTO.....	6
ÍNDICE DE CONTENIDO .....	7
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	10
ÍNDICE DE CUADROS.....	11
RESUMEN.....	12
INTRODUCCIÓN.....	17

### CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Definición y formulación del problema.....	21
1.2. Justificación e importancia de la investigación.....	26
1.3. Limitación del Estudio .....	27

### CAPÍTULO II OBJETIVOS

2.1. Objetivos generales.....	28
2.2. Objetivos específicos.....	28

### CAPÍTULO III MARCO TEÓRICO

3.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	29
--	----

3.1.1. Referencias internacionales.....	29
3.1.2. Refrencias nacionales.....	33
3.1.3. Referencias locales.....	34
3.2. MARCO TEÓRICO.....	35
3.2.1. Consumo del alcohol.....	35
3.2.1.1. Aproximaciones respecto al consumo de bebidas alcohólicas.....	35
3.2.1.2. Alcoholismo.....	36
3.2.1.3. Tipos de bebidas alcohólicas.....	38
3.2.1.4. Causas de consumo de bebidas alcohólicas .....	40
3.2.1.5. Efectos del consumo de bebidas alcohólicas.....	42
3.2.2. Rendimiento fisico .....	47
3.2.3. Rendimiento fisico en el fútbol.....	51
3.2.3.1 Fútbol.....	56
3.2.3.2 Fundamentos del fútbol.....	57
3.3. MARCO CONCEPTUAL.....	59

## **CAPÍTULO IV**

### **HIPÓTESIS Y VARIABLES**

4.1. Formulación de Hipótesis.....	62
4.1.1. Hipótesis General.....	62
4.1.2. Hipótesis específicos.....	62

4.2. Operacionalización de variables	
A.- Variable Independiente.....	63
B.- Variable dependiente.....	64

## **CAPÍTULO V**

### **METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN**

5.1. Tipo y nivel de Investigación.....	65
5.2. Método y diseño de investigación.....	65
5.3. Población .....	66
5.3.1. Características.....	66
5.3.2. Ubicación espacial y temporal.....	67
5.4. Muestra.....	67
5.4.1. Técnicas de muestreo.....	67
5.4.2. Tamaño y cálculo de la muestra.....	68
5.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	68
5.6. Procedimientos de análisis de datos.....	69
5.7. Pruebas de hipótesis .....	70

## **CAPÍTULO VI**

### **RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

6.1. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS .....	72
6.2. Análisis e interpretación descriptiva.....	73

6.2.1. Análisis del nivel de consumo de bebidas alcohólicas .....	73
6.2.2. Estimación de rendimiento físico-técnico en el fútbol.....	78
6.3. Análisis e interpretación correlacional.....	84
6.3.1. Relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y rendimiento físico-técnico en el fútbol.....	84
6.3.2. Relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y rendimiento físico en el fútbol.....	86
6.3.3. Relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y rendimiento técnico en el fútbol.....	87
6.4. Contrastación de hipótesis.....	88
CONCLUSIONES.....	93
BIBLIOGRAFÍA.....	96
ANEXOS.....	99



## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 01 Consumo de bebidas alcohólicas .....	74
Gráfico N° 02 Frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas.....	75
Gráfico N° 03 Frecuencia de embriagués según el tipo de bebidas alcohólicas.....	76
Gráfico N° 04 Lugares y entorno social de consumo de bebidas alcohólicas .....	77
Gráfico N° 05 Niveles de rendimiento físico en el fútbol.....	79
Gráfico N° 06 Niveles de rendimiento técnico en el fútbol.....	82

## ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 01 Niveles de rendimiento físico en el fútbol .....	80
Cuadro N° 02 Niveles de rendimiento técnico en el fútbol.....	83
Cuadro N° 03 Correlación de consumo de bebidas alcohólicas y rendimiento físico-técnico en el fútbol.....	85
Cuadro N° 04 Correlación de consumo de bebidas alcohólicas y el rendimiento físico en el fútbol.....	86
Cuadro N° 05 Correlación de consumo de bebidas alcohólicas y el rendimiento técnico en el fútbol.....	88



## RESUMEN

En la actualidad, los niveles de consumo de bebidas alcohólicas en los jóvenes y adolescentes son elevados y tienen repercusiones negativas en la motricidad de los mismos; por lo que la presente investigación, se orienta a examinar el modo cómo influye el consumo de bebidas alcohólicas en las cualidades motrices y en los fundamentos del fútbol en los adolescentes de 14 a 16 años de la I.E. Miguel Grau, así se pretendió explicar los efectos del consumo del alcohol en el rendimiento físico-técnico en la práctica del deporte en general y el fútbol en particular.

El presente trabajo se enmarca dentro de la investigación de tipo Básica, porque incrementa los conocimientos teóricos, sin interesarse directamente en sus posibles aplicaciones prácticas inmediatas (conocimiento por conocimiento); a su vez el nivel de investigación es correlacional, porque especifican las relaciones o asociaciones entre las variables de estudio siguientes: consumo de bebidas alcohólicas y rendimiento físico-técnico en el fútbol.

El resultado de la investigación para X-Y, muestra una correlación significativa al nivel de 0,05, cuyo valor de p es  $-0,231^*$ , esto implica que se tiene una correlación negativa débil al 95% y una probabilidad de error al 5%. Así también, con respecto a las hipótesis específicas se tiene para X-Y<sub>1</sub>, indica que existe una correlación negativa débil porque muestra una correlación cuyo valor de es  $-0,175$ , en cambio para X-Y<sub>2</sub>, indica que existe una correlación negativa media, a un nivel de significancia del 0,05 (95% de confianza en que la correlación es verdadera y 5% de probabilidad de error); vale decir, el valor de p es de  $-0,232$ , entonces a mayor consumo de bebidas alcohólicas, menor efectividad en los fundamentos en el fútbol y viceversa. De modo que es posible aseverar que existe una asociación negativa entre las variables de estudio; vale

decir: a mayor consumo de bebidas alcohólicas, menor es el rendimiento físico-técnico en el fútbol y viceversa.

Asimismo la bebida alcohólica de té con caña es la más accesible y/o de mayor preferencia en la población objeto de estudio, ello debido a que el costo del mismo no es muy elevado y contiene mayor grado de alcohol, conllevando a la con mayor facilidad; en cambio la cerveza y la chicha de jora contienen menor grado de alcohol, ello implica que sólo algunas veces consumen bebidas alcohólicas hasta embriagarse.

En síntesis es posible afirmar que, a mayor consumo de bebidas alcohólicas es menor el rendimiento físico-técnico en el fútbol. En consecuencia, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

**PALABRAS CLAVES:** Consumo, bebidas alcohólicas, rendimiento físico, rendimiento técnico, fútbol, adolescentes.

## ABSTRACT

At the present time, the levels of consumption of alcoholic drinks in the youths and adolescents are high and they have negative repercussions in the motiricidad of the same ones; for that that the present investigation, is guided to examine the way how it influences the consumption of alcoholic drinks in the motive qualities and in the foundations of the soccer in the adolescents of 14 to 16 years of the I.E. Miguel Grau, was sought this way to explain the effects of the consumption of the alcohol in the yield physical-technician in the practice of the sport in general and the soccer in particular.

The present work is framed inside the Basic type investigation, because it increases the theoretical knowledge, without being interested directly in its possible immediate practical applications (knowledge for knowledge); in turn the investigation level is correlacional, because they specify the relationships or associations among the following study variables: consumption of alcoholic drinks and yield physical-technician in the soccer.

The result of the invetigación for X-AND, it shows a significant correlation at the level of 0,05, whose value of p is -0,231 \*, this implies that one has a weak negative correlation to 95% and an error probability to 5%. likewise, with regard to the specific hypotheses one has for X-Y1, it indicates that a weak negative correlation doesn't exist because it shows a correlation whose value of it is -0,175, on the other hand for X-Y2, it indicates that a half negative correlation exists, at a level of significancia of the 0,05 (95% of trust in that the correlation is true and 5% of error probability); it is worth to say, the value of p is from -0,232, entonces to more consumption of drinks alcoholic, smaller effectiveness in the

foundations in the soccer and vice versa. So it is possible to assert that a negative association exists among the study variables; it is worth to say: to more consumption of alcoholic drinks, minor is the yield physical-technician in the soccer and vice versa.

Also the alcoholic drink of tea with cane is the most accessible and/or of more preference in the population study object, it because the cost of the same one is not very high and it contains bigger grade of alcohol, bearing to the with more easiness; on the other hand the beer and the jora chicha contain smaller grade of alcohol, it implies it that they only consume sometimes alcoholic drinks until being intoxicated.

In synthesis it is possible to affirm that, to more consumption of drinks alcoholics it is smaller the yield physical-technician in the soccer. In consequence, the null hypothesis is rejected and the investigation hypothesis is accepted.

**KEY WORDS:** Consumption, alcoholic drinks, physical yield, technical yield, soccer, adolescents.

## INTRODUCCIÓN

El consumo de bebidas alcohólicas, constituye un fenómeno social que trasciende lo familiar e individual, por lo que identificar los efectos de esta problemática, constituye no sólo un reto sino un debate permanente; en tanto, la solución requiere de la participación de cada integrante de la comunidad, sus instituciones y autoridades pertinentes que se involucran en la sociedad. En esta orientación, también afecta a los jóvenes y adolescentes en las condiciones físicas y/o de salud. Así el consumo de alcohol, es un problema que tiene una directa relación con el rendimiento físico-técnico en la disciplina del fútbol en los adolescentes de la ciudad de Abancay.

Esta problemática, afecta por ejemplo al fútbol peruano, conllevando a que no sobresalga en las competiciones, nacionales e internacionales. Especialmente en las instituciones educativas de Apurímac, como en la institución educativa miguel Grau, no está incluido en los juegos escolares nacionales por la indisciplina deportiva de los deportistas y adolescentes, quienes lo conforman el equipo, por lo tanto el consumo de bebidas alcohólicas, es una de las indisciplinas deportivas que repercute negativamente en el rendimiento físico-técnico, que requiere ser estudiada y analizada.

En ese sentido, el presente trabajo de investigación titulado “Consumo de bebidas alcohólicas y el rendimiento físico-técnico en los adolescentes de 14 a16 años de la institución educativa Miguel Grau, Abancay-2010”, se torna de gran importancia, para ayudar explicar y consecuentemente impulsar en los adolescentes la toma de conciencia, orientado a tener una cultura ética y limitarse en el consumo de bebidas alcohólicas, considerando que no es conveniente consumir bebidas alcohólicas, más cuando se practica el fútbol, el mismo que requiere un buen rendimiento

físico. De modo tal, conocer el nivel de los efectos que tiene el consumo de bebidas alcohólicas, en el rendimiento físico de los futbolistas, permitirá a los docentes de educación física, entrenadores, preparadores físicos y sociedad en general tomar las precauciones del caso.

La base teórica utilizada en la variable independiente consumo de bebidas alcohólicas es de **SILVA (1987)** en su tesis "Consumo de bebidas alcohólicas en estudiantes de secundaria sexo masculino de colegio Nacional Pedro A. Labarthe de Chiclayo" la prevalencia del uso de bebidas alcohólicas en escolares busca contribuir a tener mayor conocimiento sobre el tema y las medidas que se tomen en cuenta de los programas de prevención contra el consumo de alcohol. Llega a las siguientes conclusiones:

Alta prevalencia de consumo de bebidas alcohólicas (66%); la edad de inicio en consumo de bebidas alcohólicas se encuentra entre las edades de 8 a 9 años, siendo el mayor consumo en segundo año (72%); de 15 a 20 años cursando el 5to. año (87%); siendo el grupo de mayor riesgo los escolares que son considerados futuros candidatos alcohólicos (entre 14 y 16 años de edad) (56%). Como se muestra en el gráfico N° 01 del informe final.

Y la base teórica utilizada en la variable dependiente rendimiento físico-técnico en el fútbol es de **ALVITES HERVAY; NORBERTO A. Y OTROS (1998)**, en su tesis "Realidad del fútbol en Abancay" investigación realizada para optar el título de profesor de Educación Física ISP "la salle" siendo una de las principales conclusiones las siguientes:

- En la ciudad de Abancay el deporte de Fútbol se encuentra en bajo nivel, por falta de Técnicos Deportivos, especialistas, profesores de Educación Física y factores que influyen de manera negativa como es lo económico y sociales (alcoholismo).

- El consumo alcohol es un factor influyente en el bajo nivel de rendimiento físico del Fútbol en los deportistas de Abancay . como se muestra en el cuadro N° 02.

El objetivo general es determinar el tipo de relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y el rendimiento físico-técnico en el fútbol de los adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau, Abancay-2010, y los específicos son los siguientes: Determinar la relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y las cualidades motrices en el fútbol. Y comprobar la relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y el dominio de los fundamentos del fútbol, en adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau de Abancay.

Así mismo se planteó la siguiente hipótesis general: Existe una relación negativa entre el consumo de bebidas alcohólicas y el rendimiento físico-técnico en el fútbol en adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau Abancay, 2010. Y los específicos son: A mayor consumo de bebidas alcohólicas, menores cualidades motrices en el fútbol, y a mayor consumo de bebidas alcohólicas, menor efectividad en los fundamentos del fútbol, en adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau Abancay, 2010?

La metodología utilizada en el presente trabajo se enmarca dentro de la investigación de tipo Básica, el nivel de investigación es correlacional por que especifican las relaciones o asociaciones entre las variables que son las siguientes: consumo de bebidas alcohólicas y rendimiento físico en el fútbol, en lo que respecta al recojo de información se utilizó la técnica de encuesta (cuestionario) y el test (ficha del test) específicamente para cada variable de estudio.



Llegando así a la principal conclusión que es a mayor consumo de bebidas alcohólicas, menor es el rendimiento físico-técnico en el fútbol y viceversa. Existiendo así una correlación negativa débil y media de (-0,231\*) de correlación. Donde existe una correlación al nivel de 0,05 de significancia, esto implica que se tiene una correlación verdadera al 95% de confianza y una probabilidad de error al 5%. De modo que es posible aseverar que existe una asociación en las variables de estudio.

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

#### 1.1.- Definición y Formulación del Problema

El consumo del alcohol, está aumentando en todo Occidente desde 1980, incluyendo Estados Unidos, la Unión Europea y los antiguos países del este, así como en los países en vías de desarrollo y sub. Desarrollo.

Los estudios a nivel del Perú confirman que el alcohol es una sustancia que la población urbana entre 12 y 64 años de edad consumen a menudo. La edad de inicio en los hombres tiende a empezar entre los 12 y 28 años y el periodo de mayor consumo ocurre entre los 12 y 24 años.

El consumo de bebidas alcohólicas, constituye un fenómeno social que trasciende lo familiar e individual, por lo que identificar los efectos de esta problemática, constituye no sólo un reto sino un debate permanente; en tanto, la solución requiere de la participación de

cada integrante de la comunidad, sus instituciones y autoridades pertinentes que se involucran en la sociedad. En esta orientación, también afecta a los jóvenes y adolescentes en su entusiasmo de practicar el deporte, es decir, tiene una repercusión negativa en las condiciones físicas y/o de salud.

Los factores son diversos (fisiológicos, psicológicos, genéticos, socio económico, cultural y religiosos) para el consumo de alcohol, aunque no hay una causa definida, pero existen varios factores que pueden condicionar su desarrollo, como: tener familiares alcohólicos, anomalías herencias, factores psicológicos (ansiedad, conflictos en las relaciones personales, baja estima personal, etc.), factores sociales (la legalidad, facilidad de consumo y adquisición de alcohol en bajo precio, evasión a los problemas que afectan al individuo, tradiciones socioculturales favorables al consumo con aceptación social).

A continuación mencionaremos algunos de los efectos del consumo de alcohol que son los siguientes: según Díaz (1992, p 14)

- **Primera:** El sujeto se ve relajado, se torna comunicativo, sociable y desinhibido, debido a que el alcohol primero deprime los centros nerviosos que controlan la inhibición de los impulsos, por lo que la conducta se libera, el individuo parece excitado.
- **Segunda:** La conducta es esencialmente emocional, errática, se presentan problemas de juicio y existe dificultad para la coordinación muscular; así como trastornos de la visión y del equilibrio.

- **Tercera:** El individuo presenta confusión mental, se tambalea al caminar, tiene visión doble, así como reacciones variables del comportamiento: pánico, agresividad y llanto. Por otra parte tiene serias dificultades para pronunciar adecuadamente las palabras y para comprender lo que se le dice.
- **Cuarta:** Incapacidad para sostenerse en pie, vómitos, incontinencia de la orina, estupor, aproximación a la inconsciencia.
- **Quinta:** inconsciencia, ausencia de reflejos. Estado de coma que puede llevar a la muerte por parálisis respiratoria.

Sin embargo, genera daños físicos en todos los sistemas del organismo, siendo los más afectados los que se relacionan con el sistema cardiovascular, el sistema nervioso y el hígado; los mismos tienen una secuencia de etapas, siempre que el individuo continúe bebiendo y de acuerdo con la cantidad y el tipo de bebida ingerida.

En consecuencia, se dificultan la coordinación muscular y el equilibrio, se obstaculizan la memoria y el juicio; además se puede llegar a estados de intoxicación que ponen en peligro la vida.

Así el consumo de alcohol, en cualquiera de sus variantes, influye negativamente en el rendimiento, la fuerza y la coordinación. El etanol, presente en las bebidas alcohólicas, afecta el sistema nervioso, pudiendo provocar en un primer momento euforia y mayor fuerza, pero el efecto final es depresivo; es decir, deprime las capacidades del individuo para actuar ante cualquier situación y reduce los reflejos. Como consecuencia, los movimientos se dificultan, la coordinación disminuye y si su ingesta fue excesiva puede ocasionar alteraciones en la visión.

Sin embargo, muchos subestiman al alcohol, sin tener en cuenta sus efectos, o a veces simplemente siéndoles indiferentes, pero en la realidad, afecta en el rendimiento físico, pues está íntimamente ligado al Metabolismo Energético. Así el tipo de producción de energía mayoritario va a estar en relación con la intensidad del ejercicio y puede estar en relación con el metabolismo anaeróbico o aeróbico, pero tanto cuando hablamos del aeróbico (directamente) como del anaeróbico (indirectamente a través de la velocidad de recuperación de ese esfuerzo puntual), todos ellos son dependientes del oxígeno y más específicamente del Consumo Máximo de Oxígeno. Vemos por tanto que existe una relación directa entre oxígeno y rendimiento físico.

El rendimiento físico está en relación con la capacidad de producción de energía por parte de los músculos involucrados en la actividad, producción de energía que en función del deporte tendría unas características diferenciadas de potencia o de resistencia de los deportes que lo práctica.

Esta situación no es ajena a la realidad apurimeña, porque Actualmente, la Dirección de Salud Mental del Ministerio de Salud (MINSA) registró que en Apurímac, sólo en el primer semestre de este año, se realizaron 706 atenciones en los establecimientos de salud, cifra que los coloca en la tercera región con alto consumo excesivo de alcohol.

Frente a ello el MINSA lanza en Apurímac, campañas contra el consumo de alcohol y la violencia, con el objetivo de disminuir el consumo nocivo de alcohol y crear conciencia en la población sobre las consecuencias que causa esta bebida en la salud de las personas. Pero a pesar ello en la actualidad, los adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa miguel Grau de Abancay aficionados al fútbol que consumen bebidas alcohólicas, no se dan cuenta que en sus vidas y la de los demás está fuertemente influida por la cultura del

alcohol. Llegando a tal punto en que los adolescentes, en lo único que piensan, es que llegue el fin de semana, para poder salir con sus amigos a tomar.

En relación a lo descrito, la presente investigación, se orienta a examinar el modo cómo influye el consumo de bebidas alcohólicas en la condición física, en las cualidades motrices y en los fundamentos del fútbol en los adolescentes de 14 a 16 años de la I.E. Miguel Grau, así se pretenderá explicar los efectos del consumo del alcohol en el rendimiento físico en la práctica del deporte en general y el fútbol en particular.

En consecuencia, en relación a los aspectos señalados en los párrafos que anteceden, la presente investigación pretende responder a las siguientes interrogantes:

**Problema General:**

¿Qué tipo de relación existe entre el Consumo de Bebidas Alcohólicas y el Rendimiento Físico-técnico en el Fútbol en los adolescentes de 14 a 16 años de la Institución Educativa Miguel Grau de Abancay, 2010?

**Problemas Específicos:**

- ¿Existe relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y las cualidades motrices en el fútbol, en los adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau de Abancay?
- ¿Existe relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y los fundamentos del fútbol, en los adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau de Abancay?



## 1.2.-Justificación e Importancia de la Investigación

El problema de investigación planteado, es la relación que existe entre el consumo de bebidas alcohólicas y rendimiento físico-técnico, considerando que el consumo de alcohol, es un problema que tiene una directa relación con el rendimiento físico-técnico en la disciplina del fútbol en los adolescentes de la ciudad de Abancay. Vale decir que esta problemática afecta por ejemplo al fútbol peruano, conllevando a que no sobresalga en las competiciones, nacionales e internacionales.

Consecuentemente, las instituciones educativas de Apurímac, especialmente la institución educativa Miguel Grau, no está incluido en los juegos escolares nacionales por la indisciplina deportiva de los deportistas y adolescentes, quienes lo conforman el equipo, por lo tanto el consumo de bebidas alcohólicas, es una de las indisciplinas deportivas que repercute negativamente en el rendimiento físico-técnico, que requiere ser estudiada y analizada.

En ese sentido, el presente trabajo de investigación, se torna de gran importancia, para ayudar explicitar y consecuentemente para impulsar en los adolescentes la toma de conciencia, orientado a tener una cultura ética sobre el consumo de bebidas alcohólicas y teniendo en cuenta no es conveniente consumir bebidas alcohólicas cuando un adolescente esta simultáneamente practicando el fútbol y por eso no tiene un buen rendimiento físico. Y también haremos conocer los efectos que tiene el consumo de bebidas alcohólicas frente al rendimiento físico de alguna manera beneficiara a los docentes de educación física, entrenadores, preparadores físicos y sociedad en general de la región de Apurímac.

### 1.3. Limitación del Estudio

La principal limitante para realizar esta investigación es la posible “resistencia” o poca cooperación en brindar información necesaria por parte de los adolescentes objeto de estudio, sobre el consumo de bebidas alcohólicas, por lo que se tendría una limitante en la recolección y veracidad de los datos; sin embargo, a fin de minimizar los posibles sesgos, se esgrimirán diferentes metodologías y estrategias pertinentes.

Estudios específicos en relación al consumo de bebidas alcohólicas y el rendimiento físico en el fútbol en adolescentes son escasos o pocos difundidos, aspecto que limitará no solo el acceso a la literatura si no también a metodologías desarrolladas que oriente y permitan el desarrollo del presente estudio; sin embargo, se tratará de recabar fuente bibliográfica y suficiente, que permita subsanar esta limitante, para que en la aplicación de los instrumentos y/o recojo de información sea verídica y no sea sesgada.

## **CAPITULO II**

### **OBJETIVOS**

#### **2.1. Objetivos Generales:**

Determinar el tipo de relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y el rendimiento físico-técnico en el fútbol de los adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau, Abancay-2010

#### **2.2. Objetivos Específicos:**

- Determinar la relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y las cualidades motrices en el fútbol, en adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau de Abancay.
- Comprobar la relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y el dominio de los fundamentos del fútbol, en adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau de Abancay.

## CAPÍTULO III

### MARCO TEÓRICO

#### 3. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.

##### 3.1.- REFERENCIAS INTERNACIONALES

**SILVA (1987)** en su tesis "Consumo de bebidas alcohólicas en estudiantes de secundaria sexo masculino de colegio Nacional Pedro A. Labarthe de Bogota"prevalencia del uso de bebidas alcohólicas en escolares con la finalidad de contribuir a tener mayor conocimiento sobre el tema y las medidas que se tomen en cuenta de los programas de prevención contra el consumo de alcohol. Llega a las siguientes conclusiones:

- Alta prevalencia de consumo de bebidas alcohólicas (66%); la edad de inició en consumo de bebidas alcohólicas se encuentra entre las edades de 8 a 9 años, siendo el mayor consumo en segundo año (72%); de 15 a 20 años cursando el 5to. año (87%);

siendo el grupo de mayor riesgo los escolares que son considerados futuros candidatos alcohólicos (entre 14 y 16 años de edad) (56%).

- El lugar preferido de inicio de la ingesta es por lo general el hogar, con ocasión de fiesta (60%); no existiendo relación significativa entre consumo de alcohol y conflictos familiares. Se observa en familias desintegradas mayor consumo de bebidas alcohólicas 53%.
- La mayor frecuencia de consumo está entre los meses de julio y diciembre, 31% y 35% respectivamente. Asimismo, de los estudiantes que consumen bebidas alcohólicas, el 23% beben solos.
- El grado de consumo es mayor en abstemios (63%), siendo el consumo moderado y habitual mayores porcentajes, en segundo y quinto año, teniendo como bebidas preferidas la cerveza (50%) y el motivo más frecuente que induce al adolescente a consumir bebidas alcohólicas y a embriagarse es por estar bien con el grupo (52%).

**HUERTA (1999)**, en su tesis “Influencia de La Familia y/o los Padres hacia el Consumo de Alcohol y la Percepción de Violencia en Adolescentes de Condición Socio Económica baja. Llegando a una principal conclusión:

- El contexto inmediato, la familia y los pares son factores de riesgo psicosocial para el consumo de alcohol y la percepción de la violencia. Asimismo los adolescentes con problemas de comunicación materna, presentan alta percepción



de violencia, frente a los adolescentes que presentan apertura en su comunicación materna.

**Dr. ANDRES H. MULASSI y otros (2009)**, en su tesis “Hábitos de alimentación, actividad física, tabaquismo y consumo de alcohol en adolescentes escolarizados de la provincia y el conurbano bonaerenses” llegando a una principal conclusión:

- La encuesta sobre 1230 adolescentes de escuelas de Buenos Aires reveló hábitos adecuados de alimentación y de actividad física en general. Casi la mitad de los adolescentes, y en especial las mujeres, restringían el consumo de calorías para evitar el sobrepeso. Las tasas de tabaquismo y consumo habitual de alcohol se hallaron en 29,3% y 38,4%. El tabaquismo fue más frecuente en mujeres y en adolescentes de zonas rurales, y estuvo más asociado al consumo de alcohol y a la existencia de un amigo o compañero fumador. Para el alcohol, la presencia de un amigo que lo consumía o la asociación con tabaquismo estuvieron fuertemente relacionadas en el análisis multifactorial.

**YSLADO (1996)** en su tesis “Diagnóstico comunitario del uso de drogas en escolares de secundaria Santiago”. Llegando a las siguientes conclusiones:

- Las bebidas alcohólicas (50.7%) y el tabaco (43.5%), son consideradas las drogas sociales como las más fáciles de conseguir (97.3%), preferentemente en la calle (46.6%); asimismo se halló que 7 de cada 10 alumnos había consumido bebidas alcohólicas y 5 de cada 10 alumnos había consumido tabaco.



- La edad de inicio de las drogas sociales es desde los 3 años y 6 años para ilegales, siendo frecuentemente el inicio a partir de los 14 años de edad.
- analizando por regiones, la tasa de consumo de alcohol en los colegios de la capital (Lima) fluctúa entre el 19% y el 94%; mientras que en provincias (resto del país) lo fue el 17% y el 79%; siendo las primeras cifras de los primeros años de secundaria, mientras que las últimas son del 5° año (León y Col, 1989; Ferrando, D., 1992).
- La edad promedio de inicio de drogas tanto ilegales como legales, fluctúa entre los 13 y los 15 años

**AMIGO DE BONET SANS NARCISO (2004).** en su tesis “Metabolismo muscular y entrenamiento deportivo en adolescentes”. Llegando a las siguientes conclusiones:

- La biopsia muscular practicada en el vasto externo del cuádriceps se valora mediante un método histoquímica.
- el tipo de fibra muscular y las áreas de las fibras musculares, y mediante un método bioquímica valoramos la actividad enzimática que cataliza reacciones que conducen la obtención de energía química ATP.
- Se ha valorado la edad ósea de los jugadores, se han seleccionado 37 jugadores, 14 de 14 años, 16 de 15 años y 7 de 16 años, de la escuela de fútbol base de un equipo de 1ra división.

### 3.1.2.- REFERENCIAS NACIONALES

**DR. MANUEL ALMELDA (1998)**, en su tesis "La Investigación de Alcoholismo en el Perú en los últimos 30 años". . Llegando a las siguientes conclusiones:

- El Perú es el primer consumidor de alcohol de mala calidad
- El Perú ocupa el primer lugar en el mundo en el consumo de bebidas destiladas, es decir, los que producen mayor número de complicaciones orgánicas considerándose, uno de los primeros lugares en consumo de alcohol en general.
- De acuerdo a estadísticas e informes policiales del Perú, más de 60% de detenciones son por causa del alcohol y el 24% corresponde a menores de edad. Eso no es todo, pues el 45% de accidentes de tránsito se producen por ebriedad del chofer.
- Especialistas en la materia; como señalan que la complicación más grave en un alcohólico es la atrofia cerebral. Indicándose además que más del 45% de estos ya tienen daños cerebrales avanzados.
- El mismo explicó que la tercera parte de estos sufren de Rolineuritis (Inflamación generalizada del sistema nervioso), un 25% de ataques de convulsiones y un porcentaje similar, es víctima un 25% de hemorragias digestivas y finalmente un 30% padece de impotencia sexual. Hecho que ocurre luego de 8 a 10 años de consumo en forma excesiva.



### **3.1.3.- REFERENCIAS LOCALES**

**LA OFICINA TÉCNICA DE SALUD AMBIENTAL DE LA DIRECCIÓN SUB REGIONAL DE SALUD APURÍMAC.** (1998) en la investigación “consumo de alcohol en el departamento de apurímac”. Llegando a una principal conclusión:

- El consumo de bebidas alcohólicas en los distritos de las provincias de Andahuaylas, Abancay, Chincheros y especialmente Aymaraes, Antabamba y Cotabambas en los que de cada 100 fallecidos (varones y mujeres menores de 60 años) el 81 son a consecuencias de cirrosis hepática producida por el consumo de alcohol, cabe destacar que este alto índice de mortalidad no ha llegado ni al 15% en décadas pasadas pues la población sólo consumía aguardiente de caña.

**ALVITES HERVAY; NORBERTO A. Y OTROS (1998)**, en su tesis “Realidad del fútbol en Abancay” investigación realizado para optar el título de profesor de Educación Física ISP “la salle” siendo una de las principales conclusiones las siguientes:

- En la ciudad de Abancay el deporte de Fútbol se encuentra en bajo nivel, por falta de Técnicos Deportivos, especialistas, profesores de Educación Física y factores que influyen de manera negativa como es lo económico y sociales (alcoholismo).
- El consumo alcohol es un factor influyente en el bajo nivel del Fútbol de los deportistas de Abancay.



## **3.2 MARCO TEÓRICO**

En este acápite, se desarrollarán los aspectos teóricos, que permitan caracterizar, analizar y reflexionar a partir de un bagaje de teorías relacionados al consumo de bebidas alcohólicas y su relación con el rendimiento físico e el fútbol, considerando que el consumo de bebidas alcohólicas es uno de los problemas sociales que afecta más a los deportistas, principalmente a los adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau que practican fútbol dentro de nuestra ciudad de Abancay, de tal manera está inmersa en el alcohol, bebida que contiene etanol. , puesto que es un depresor del sistema nervioso central. Sus efectos dependen de la concentración en el organismo, la constitución de éste y del tipo de alcohol que se consuma.

### **3.2.1.-CONSUMO DEL ALCOHOL**

#### **3.2.1.1 Aproximaciones respecto al Consumo de Bebidas Alcohólicas**

Según la ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD., (1999). El alcohol es una sustancia soluble en agua y circula libremente por todo el organismo afectando a células y tejidos, comienza un proceso de cambios metabólicos, que en su primera etapa da lugar al acetaldehído que es más tóxico que el alcohol. La oxidación del alcohol en los tejidos (principalmente en el hígado) determina una importante utilización de sustancias que existen en forma limitada e indispensable para el metabolismo adecuado de las grasas. Cuando el consumo del alcohol es excesivo, el malgasto de estas sustancias provoca graves alteraciones en el metabolismo de las grasas, lo que da como resultado hígado graso o esteatosis hepática, que de no ser

controlada con la supresión del consumo del alcohol llevaría posteriormente a la cirrosis hepática, una de las complicaciones más serias y frecuentes de los alcohólicos.

### **3.2.1.2.- Alcoholismo**

Según la O.M.S., (1999) el alcoholismo, a diferencia del simple consumo excesivo o A su vez la O.M.S., (1999) “indica que hay 16 tipos de alcoholes, pero los más conocidos y habituales son: el alcohol metílico, (alcohol de quemar) que se usa con fines industriales, es incoloro, inflamable, tóxico, y de olor penetrante. El alcohol etílico es obtenido por síntesis del etileno o por fermentación de los azúcares y estos se obtienen de frutas y hortalizas. Este último es usado en la medicina y en la elaboración de productos para el consumo humano”.

El párrafo anterior, conlleva a la reflexión que consumir bebidas alcohólicas en exceso es dañino para la salud de las personas donde altera el funcionamiento de todo los organismos del cuerpo ,si el consumo de bebidas alcohólicas no es controlada llevaría posteriormente a la cirrosis hepática y ala muerte.

irresponsable de alcohol, ha sido considerado en el pasado un síntoma de debilidad de carácter, estrés social o psicológico, o un comportamiento aprendido e inadaptado. Recientemente, y quizá de forma más acertada, el alcoholismo ha pasado a ser definido como una enfermedad compleja en sí, con todas sus consecuencias. Los primeros síntomas, muy sutiles, incluyen la preocupación por la disponibilidad de alcohol, lo que influye poderosamente en la elección, por parte del



enfermo, de sus amistades o actividades. El alcohol se considera, cada vez más, una droga que modifica el estado de ánimo, y menos una costumbre social o un rito religioso. Al principio, el alcohólico puede aparentar una alta tolerancia al alcohol, consumiendo más y mostrando menos efectos nocivos que la población normal. Más adelante, sin embargo, el alcohol empieza a cobrar cada vez mayor importancia en las relaciones personales, el trabajo, la reputación, e incluso la salud física. El paciente pierde el control sobre el alcohol y es incapaz de evitarlo o moderar su consumo. Puede llegar a producirse dependencia física, lo cual obliga a beber continuamente para evitar el síndrome de abstinencia.

Según la Dirección General de Planificación y Atención Socio sanitaria (2006) “el alcoholismo es una enfermedad crónica y progresiva que deriva de la ingestión excesiva y no controlada de alcohol, el cual se encuentra en todas las bebidas alcohólicas en mayor o menor grado. El alcoholismo tiene mucho que ver con la necesidad incontrolable de beber de la persona”. Como vemos, el alcohol se convierte en una droga para la persona que bebe, que sirve para cambiar el estado de ánimo, más que una bebida que se toma como parte de una costumbre social, ya que se suele empezar a consumir con otras personas.

Según la Dirección General de Planificación y Atención Socio sanitaria (2006) es importante poder mencionar los siguientes datos estadísticos: Si bien el mayor porcentaje de bebedores se encuentra en el grupo de mayor edad (40-64 años), los que consumen más cantidad de alcohol son los más jóvenes especialmente los de 15 a 19 años. Es importante resaltar que el inicio en el consumo de alcohol se

realiza a edades tempranas (edad media 16 años) y que a los 16 años ya se han iniciado casi el 50% del total de bebedores.

### **3.2.1.3.-Tipos de Bebidas Alcohólicas**

Respecto a los tipos de bebidas alcohólicas, en la Gran Enciclopedia de los deportes., (2003, p 11-12) considera que “las bebidas alcohólicas son totalmente desaconsejable para el deportista”. De modo que, el excesivo consumo de alcohol disminuye sensiblemente la rapidez de reflejos del individuo y, en definitiva, las condiciones físicas del deportista por lo tanto existen tipos de bebidas alcohólicas y son los siguientes.

**Bebidas fermentadas:** obtenidas por fermentación de un mosto abundante en azúcares. Hablamos de la sidra, cava, vino y cerveza. Su grado de alcohol puede oscilar entre 5 y 15 grados.

**Las Bebidas destiladas:** se obtienen mediante un proceso artificial, destilando una bebida fermentada y aumentando su concentración de alcohol puro. Es el caso de la ginebra, ron, whisky, vodka, anís, coñac, aguardiente, licores afrutados y determinados aperitivos. Su grado de alcohol suele oscilar entre 17 y 45 grados.

De acuerdo a la clasificación que la Gran Enciclopedia de los deportes., (2003, p 11-12), se señalan las bebidas alcohólicas que más se consumen:



- **El vino.-** procede de la fermentación de la uva fresca madura y luego triturada en la prensa. Al final de este proceso se realiza una clarificación mediante la cual se eliminan, por filtración, los sólidos en suspensión. La composición del vino es de un 80% de agua y de alcohol etílico. El valor calórico es muy importante (560 calorías por cada litro de vino de 10°).
- **La cerveza.-** Se elabora a base de cebada y está sometida a un complicado proceso de elaboración. El grado de alcohol va desde 2 a 5 ° (hay cervezas que tienen hasta 10°) y el valor calórico es de unas 400 calorías por litro.
- **Ron.-** El ron, es una bebida alcohólica que se obtiene a partir de la caña de azúcar por fermentación, destilación y envejecimiento, generalmente en barricas de roble.
- **Aguardiente de Caña.-** Es una bebida alcohólica que se obtiene a partir de la caña de azúcar por fermentación, destilación

De lo señalado, se deduce que existen diferentes tipos de bebidas alcohólicas, donde en nuestra ciudad de Abancay los adolescentes de 14 a 16 años de edad de la institución educativa Miguel Grau consumen en mayor proporción la caña, ron, chicha de jora y cerveza.

MADDEN (1996, p 18) señala lo siguiente:

#### **3.2.1.4.-Causas del Consumo de Bebidas Alcohólicas.**

El tan sólo tomar de manera regular y consistente durante un transcurso de tiempo puede ocasionar una sensación de dependencia y síntomas de supresión durante los períodos de abstinencia; esta dependencia física, sin embargo, no es la única causa del alcoholismo. La mayoría de los expertos concuerda en que los de factores más comunes son:

- **Evasión:** la bebida se puede usar como un medio para excluir de la mente problemas desagradables en vez de hacerles frente.
- **Soledad:** la bebida se puede usar para disminuir el dolor causado por tener pocas amistades, mudanzas frecuentes, no tener "raíces", separación de los seres queridos, etc.
- **Miedo:** la bebida puede darle a las personas tímidas, inseguras o amenazadas, un falso sentido de confianza en sí mismos y seguridad.
- **Falta de control emocional:** puede parecer que la bebida alivia los problemas que uno sufre en sus relaciones con otras “

Según el comentario del párrafo anterior existen muchas causas para consumir bebidas alcohólicas, de las cuales se menciona, desde un punto de vista psicológico, la causas principales son la soledad y falta de control emocional en los adolescentes porque estas dos causas son las predominantes que influyen en el consumo de bebidas alcohólicas en la etapa de la adolescencia .

## ¿Como actúa el Alcohol en el organismo?

Los efectos que tiene el alcohol en el organismo dependen de una serie de factores individuales y del medio ambiente, así como de qué y cuánto se beba. La absorción del alcohol, o etanol, ocurre cuando, al entrar la bebida al organismo por la boca y pasar al esófago, llega al estómago donde es diluido por los jugos gástricos. La velocidad con la que el alcohol pasa del estómago al intestino para mezclarse con la corriente sanguínea y producir sus efectos, está determinada por:

- Tipo de bebida y cantidad de alcohol que ésta contenga (a mayor concentración de alcohol, más rápida su absorción).
- Rapidez con la que se beba (a mayor celeridad con la que se bebe, más rápido se absorbe).
- Presencia de alimentos en el estómago, especialmente grasas (la presencia de alimento retrasa la absorción del alcohol).
- Peso corporal y sexo (las mujeres y las personas delgadas absorben el alcohol más rápidamente).
- Estado anímico, emocional y de salud general (el cansancio, la depresión y la mala salud potencian la rapidez de la absorción).

El alcohol llega al Sistema Nervioso Central (SNC), incluido el cerebro, a través de

la sangre. Los efectos comienzan a manifestarse casi de inmediato, tanto los subjetivos (la forma en que el bebedor siente que cambia su estado de ánimo y su percepción de las cosas), como los objetivos (la conducta que exhibe).

El alcohol, o etanol, es un depresor del SNC, un anestésico, no un estimulante.

En pequeñas cantidades, las bebidas con alcohol parece que estimulan porque inhiben las funciones cerebrales que se relacionan con el aprendizaje, el juicio y el control. Esa desinhibición inicial y la euforia que puede presentarse con pocas cantidades, han hecho creer equivocadamente que las bebidas son estimulantes.

Un poco de alcohol nos hace sentir físicamente más hábiles, emocionalmente más libres y parece que nos estimula, pero al aumentar el consumo disminuyen las funciones del cerebro.

Según el párrafo anterior nos indica que los efectos del consumo bebidas alcohólicas conlleva a la mala conducta, deficientes reflejos físicos y la coordinación muscular es directamente afectado y de esta manera ocasiona una pérdida total de control físico.

### **3.2.1.5.-Efectos del consumo de bebidas alcohólicas**

Según la O.M.S., (1970). El alcohol provoca trastornos físicos y psicológicos:



- **Efectos Físicos**

El alcohol es absorbido con rapidez por el estómago y el intestino, desde donde pasa a la circulación sanguínea y se distribuye por todo el organismo. Cuanto mayor es el nivel de alcohol en sangre, más importante es el daño que origina.

Un porcentaje muy pequeño de alcohol se elimina por la orina, el sudor y los pulmones, pero la mayor parte pasa al hígado, donde las enzimas lo metabolizan y descomponen en derivados más inocuos, que son eliminados del organismo unas seis u ocho horas después.

Por lo general, la velocidad con la que el alcohol se absorbe y acumula en la sangre es mayor que la velocidad con la que se metaboliza y elimina, lo que favorece el aumento de su concentración en sangre. Cada persona tiene una susceptibilidad individual a los efectos del alcohol, de manera que una misma dosis puede producir efectos de diferente intensidad.

Las cantidades pequeñas de alcohol pueden aliviar la tensión o la fatiga, aumentar el apetito o producir un efecto anestésico frente al dolor. El consumo de grandes cantidades inhibe o deprime los procesos superiores del pensamiento, aumenta la auto confianza y reduce la inhibición, la ansiedad y los sentimientos de culpabilidad.

El deterioro del juicio puede dar lugar a conductas imprudentes, los reflejos físicos y la coordinación muscular pueden verse notablemente afectados. Si el



consumo de alcohol continúa, se produce una pérdida total del control físico, un estado de estupor y, en algunos casos, la muerte.

Los efectos sobre los principales sistemas del organismo son acumulativos e incluyen un amplio rango de alteraciones en el aparato digestivo, entre las que destacan las úlceras de estómago y de duodeno, la pancreatitis crónica y la cirrosis hepática, así como lesiones irreversibles en los sistemas nerviosos central y periférico. Pueden llegar a producirse desmayos, alucinaciones e intensos temblores, síntomas del síndrome de abstinencia alcohólica más grave, que puede ser mortal a pesar del tratamiento adecuado; esto último contrasta con los síndromes de abstinencia de los opiáceos como la heroína, que aunque muy aparatosos rara vez son fatales. La deficiencia de magnesio entre los grupos que padecen malnutrición, en especial los alcohólicos, produce temblores y convulsiones

- **Efectos Psicológicos.**

El alcohol afecta en primer lugar al Sistema Nervioso Central y su injerencia excesiva y prolongada puede provocar daño cerebral. Popularmente se cree que el alcohol incrementa la excitación, pero en realidad deprime muchos centros cerebrales. La sensación de excitación se debe precisamente a que al deprimirse algunos centros cerebrales se reducen las tensiones y las inhibiciones y la persona experimenta sensaciones expandidas de sociabilidad o euforia. Por eso se dice, que el alcohol "anestesia la censura interna". Sin embargo, si la concentración de alcohol excede ciertos niveles en la sangre interfiere con los

procesos mentales superiores de modo que la percepción visual es distorsionada, la coordinación motora, el balance, el lenguaje y la visión sufren también fuertes deterioros.

Según los investigadores el consumo de alcohol incrementa la excitación pero el exceso de consumo de bebidas alcohólicas afecta principalmente al sistema nervioso central y los sentidos.

Según Guisado (1999, p 20), señala que el consumo de alcohol tiene cuatro etapas.

- Primera etapa es la Prealcohólica: consisten buscar alivio ocasional a las tensiones y se crea un aumento de la tolerancia al alcohol.
- Segunda Etapa Inicial o Prodómica: donde la persona tiene Amnesia, beber a escondidas, preocupación por conseguir bebidas alcohólicas y etc.
- Tercera Etapa Crucial o Crítica donde la persona tiene pérdida de control, de racionalizaciones, neutralización de presiones sociales, comportamiento fanfarrón, conducta agresiva, remordimientos persistentes, período de abstinencia completa, alejamiento de amigos, renuncia a empleos y etc.
- Cuarta Etapa Crónica o Terminal: Intoxicaciones prolongadas, deterioro moral, trastornos del pensamiento, psicosis alcohólica, beber sustancias que no sean alcoholes, fuerte deterioro de las relaciones sociales, disminución de tolerancia al alcohol, temores indefinidos, temblores persistentes y etc.

El consumo de bebidas alcohólicas se da en todo los sectores (educación, salud, agricultura y otros) de la ciudad de Abancay por lo tanto la los

adolescentes no están libres del consumo de bebidas alcohólicas en tal sentido, se encuentran en la segunda etapa: prealcohólica por que ellos beben en ocasiones para aliviar tensiones y problemas sociales., psicológicos y familiares.

La Organización Mundial de Salud realizó una investigación donde define que la ingesta diaria de alcohol es superior a 50gr. en la mujer y 70gr. en el hombre, producida por la combinación de diversos factores psicológicos, genéticos y fisiológicos que producen daño cerebral progresivo, y finalmente la muerte.

Según KENNEDY (1930, p 42- 43) menciona que los daños que puede causar el alcohol en el organismo son los siguientes:

- A nivel del Sistema Nervioso: En el consumo agudo, dependiendo de la cantidad y el tipo de persona, progresivamente se alteran las funciones superiores, sobre todo la praxis y la atención,. En el consumo crónico: se ha demostrado, que además de algunas alteraciones de las funciones superiores ya descritas, hay lesión en las células nerviosas y etc.
- En el Aparato Digestivo: El órgano mas afectado es el hígado, cerca del 20% de alcohólicos termina en cirrosis. El hígado también puede sufrir esteatosis ó hepatitis alcohólica.
- En el sistema inmunológico: Se describe que un alcohólico tiene disminuido las defensas y es mas fácil que se enferme.



- En el sistema cardiovascular: Se han descrito miocardiopatías a consecuencia del consumo del alcohol, además de aumentos en la presión arterial tras ingesta aguda.
- En el sistema óseo: Se dice que favorece al desarrollo de la osteoporosis.
- En el sistema Endocrinológico: El alcohol favorece a la secreción la prolactina, es por eso que en alcohólicos de mucho tiempo, al examen, algunas veces encontramos escasa secreción.
- En el sistema reproductor: En el bebedor intenso se han encontrado casos de impotencia en el varón y esterilidad en la mujer.

A referencia del autor analizamos de la siguiente manera que nuestro cuerpo no requiere del alcohol pero si necesita alimentos, agua, sueño y ejercicio de alguna manera el alcohol principalmente afecta al sistema nervioso central y a todos los órganos del cuerpo principalmente afecta en el rendimiento físico de los adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau de Abancay.

### **3.2.2.-Rendimiento físico**

Según Pila Teleña (1985, p 22) “definir el rendimiento deportivo como una acción motriz, cuyas reglas fija la institución deportiva, que permite al sujeto expresar sus potencialidades físicas y mentales. Por lo tanto, podemos hablar de rendimiento deportivo, cualquiera que sea el nivel de realización, desde el momento en que la acción optimiza la relación entre las capacidades físicas de una persona y el ejercicio deportivo a realizar”.

Por otra parte Matveyev, (1990, p 12) “el estado de capacidad de rendimiento óptimo que el deportista alcanza en cada fase de su desarrollo deportivo gracias a una formación adecuada”.

Sin embargo Billat (2002, p 9) el rendimiento deportivo deriva de la palabra parformer, que en francés antiguo significaba cumplimiento. De manera que, podemos definir el rendimiento deportivo como una acción motriz, Cuyas reglas fija la institución deportiva, que permite al sujeto expresar sus potencialidades físicas y mentales. Por lo tanto, podemos hablar de rendimiento deportivo, cualquiera que sea el nivel de realización, desde el momento en que la acción optimiza la relación entre las capacidades físicas de una persona y el ejercicio deportivo a realizar

### **3.2.2.1.-Capacidades Físicas**

De acuerdo PARIONA (1999, p 16-45) menciona dentro de las capacidades básicas a: Fuerza, Velocidad y Resistencia, que a continuación se detalla:

**A. Velocidad.-** Es la relación entre distancia o espacio y el tiempo que se invierte en recorrerlo.

El *Diccionario de las Ciencias de los Deportes* (1992, p 527) menciona que la “capacidad de reaccionar en el menor tiempo posible a un estímulo o señal, ejecutar los movimientos cíclicos y/o acíclicos que se oponen a resistencias diferentes a velocidad máxima”.



## **Tipos de Velocidad**

- 1. Velocidad de reacción.-** Es el tiempo que un futbolista tarda en reaccionar ante un estímulo, a esto se le denomina “tiempo latente”.

La velocidad de reacción pasa por: (Pila, p 26).

- Aparición de un estímulo captado por el receptor.
- Transmisión de este estímulo al sistema nervioso central (nervios sensoriales).
- Paso del estímulo a la red nervioso y formación de la
- Entrada de la orden a los músculos.
- Actividad mecánica de los músculos (movimiento muscular).

- 2. Velocidad de traslación.-** Según Pila (1997, p 27), Instituto Superior Tecnológico de Entrenadores de Fútbol “es el desplazamiento de un lugar a otro en el menor tiempo posible”.

En este tipo de velocidad se toma en cuenta los siguientes aspectos:

- a. La Frecuencia de pasos.-** La frecuencia es el número de apoyos en la unidad de tiempo, tiene su base fisiológica en el tipo de fibra muscular, contracción rápida (CR), contracción lenta (CL) y a la inervación que cada una de ellas posee, por consiguiente es muy poco lo que se puede ganar con el entrenamiento.



- b. **La amplitud de zancada.-** Es la distancia entre dos apoyos sucesivos, la poderosa extensión de la pierna de impulso y la elevación de la rodilla son factores determinantes de una correcta amplitud.
  - c. **Coordinación de movimientos.-** Principalmente entre brazos y piernas y la posición de la cabeza y tronco, todo esto equivale a la técnica de la carrera de velocidad.
- B. Resistencia.-** La cualidad física de la resistencia viene determinada por la aparición de la fatiga y las fuentes energéticas.

El Diccionario de las Ciencias del Deporte (1992, p 78), dice que “es la capacidad de poder mantener una carga dada sin fatiga durante el mayor tiempo posible, y la capacidad de poder resistir la fatiga que aparece durante un esfuerzo deportivo llevado hasta una carga extrema, máxima, y en casos límites hasta el agotamiento”.

### **Tipos de Resistencia**

En la Gran Enciclopedia de los deportes, (2003, p 44 – 45) lo clasifica de la siguiente manera:

- **Resistencia anaeróbica.-** Como aquella resistencia en la que el esfuerzo es mantenido sin el suficiente aporte del oxígeno a las células. Así el ejercicio, de alta intensidad, se realiza con deuda de oxígeno. A su vez se sub divide en 2 tipos:

Resistencia anaeróbica láctica

Resistencia anaeróbica aláctica

- **Resistencia aeróbica.-** Es la capacidad de prolongar un esfuerzo, de intensidad media o baja en la que existe un aporte suficiente de oxígeno a las células que realizan la acción.

**C. Fuerza.-** Para Mora (1989) la fuerza es la “capacidad para vencer resistencias o contrarrestarla por medio de la acción muscular”.

De forma Fernández, (1997, p 19) la define como la “capacidad física que busca vencer u oponerse a una resistencia externa a través de un esfuerzo muscular”.

### **Tipos de Fuerza**

- **Fuerza máxima:** Es la máxima que podemos desarrollar (no trabajada en primaria).
- **Fuerza resistencia:** Mantener la fuerza el máximo tiempo posible (no aconsejable en primaria).
- **Fuerza velocidad:** La desarrollada en el menor tiempo posible (la más adecuada para primaria).

### **3.2.3.-El Rendimiento Físico en el Fútbol**

según (Billat 2002: 9) en el enfoque bioenergético el rendimiento deportivo es uno entre tantos, No es exclusivo, pero es esencial para aprehender las características



energéticas, en particular la cantidad de energía necesaria para la realización de una prueba deportiva y el tipo de transformación puesto en juego en función de la duración, intensidad y forma del ejercicio (continua-discontinua)”.

Sin embargo (Quintasi villarroel 2005: 12) “menciona que el rendimiento físico esta ligado a factores como la personalidad, la alimentación y algunos vicios sociales.”

En cuanto a los vicios sociales se encuentra el consumo de bebidas alcohólicas que también se puede considerar como factor negativo.

Para el rendimiento físico en el fútbol es esencial la cantidad de energía que se utilizará durante un partido por que el organismo necesita el aporte continuo de energía química para realizar sus diferentes funciones de desplazamiento de los adolescentes en un partido.

### **3.2.3.1.- La Técnica en el Fútbol**

Según CANADI, Arpad. Fútbol Básico (1968 Pág. 76) se entiende como técnica hacer algo bien hecho y que represente un mínimo esfuerzo para ahorrar energía evitando así un gasto innecesario de la misma, por ejemplo existen técnicas de construcción, técnicas para ejecutar un instrumento y técnicas para cada deporte, refiriéndose a los movimientos especiales para la realización del juego o de una rutina en el caso de un gimnasta. Se entiende que la técnica es fundamental y el mayor dominio de esta se refleja en el rendimiento o en los resultados obtenidos. Sin embargo requiere de entrenamiento y dedicación.

“Si se considera que la técnica es fundamental en cualquier deporte y se consigue a base de mucho sacrificio, esfuerzo y entrega en los entrenamientos, en el fútbol no lo es menos y su aprendizaje no resulta tarea fácil, teniendo en cuenta que esta relacionado con los miembros más torpes del jugador, a excepción del portero que puede usar las manos además de las piernas”

Otro autor define la técnica futbolística como “el modo de ejecutar todos los movimientos posibles en el fútbol”. Compartiendo la división de la técnica y realizando una división de ella así:

**a. Movimientos con Balón:**

Que se pueden clasificar en 8 elementos.

- 1) Toque o golpe de balón
- 2) Recepción o control
- 3) Cabeceo
- 4) Conducción
- 5) Regate
- 6) Intercepción
- 7) Saque de banda
- 8) Movimientos defensivos y ofensivos del portero”.

**b. Movimientos sin Balón.**

Correr, cambiar de dirección, el salto y la finta.

“Cuando se habla de la técnica, se hace referencia a aquellos movimientos propios de un deporte (Gestos Motores), los cuales deben ser perfeccionados para obtener un ahorro de energía y una mayor efectividad al momento de su ejecución, es decir lograr el objetivo de cualquier acción dentro del terreno de juego en el momento que sea preciso para obtener un ahorro de energía.”

Según la situación en que se realice, distinguimos dos aspectos:

**HABILIDAD.-** Cualquier acción realizada con el balón en la que no existe ningún tipo de oposición por lo que intervienen de forma casi exclusiva factores de coordinación (relación jugador -balón).

**TÉCNICA (FUTBOLÍSTICA).-** Es la manifestación de un determinado nivel de habilidad en una acción, relacionándola con los aspectos tácticos, psicológicos y físicos que intervienen en la jugada. Así el jugador técnico no es aquel que tiene un alto nivel de habilidad, sino el que relaciona de forma eficaz este nivel con el resto de los fundamentos.

Se comprende entonces que para este trabajo La técnica será tomada como una serie de destrezas y habilidades que se requieren para dominar la pelota, aun en la situación más crítica de una competición, con el fin de asegurar su posesión en el camino hacia el arco contrario. En ningún deporte las exigencias referidas al movimiento son tan variadas como en el fútbol, por tal razón, un factor de rendimiento tan importante como. La técnica se manifiesta en su máxima expresión, cuando el jugador se ve enfrentado a situaciones de estrés que se asemejen a una competición.

El jugador tiene que aprender a dominar la pelota a un bajo la carga de las múltiples presiones producidas por el comportamiento diferenciado de numerosos adversarios y compañeros (incertidumbre). En estas situaciones la concentración y atención están siempre más o menos dispersas y no se dirigen sólo hacia el balón. La manera, el momento de patear y todo comportamiento con la pelota difieren y dependen siempre de la situación. En ellos demuestran los jugadores brasileños su gran predominio. No es un sistema – más que sencillo y dictado por el clima caluroso del Brasil – la causa de su rendimiento, sino la superioridad de su agilidad individual lo que permite retener la pelota en el espacio más reducido y aun en el mayor apuro. En cuanto a la ejecución técnica, a menudo se apartan de los modelos indicados en los manuales especializados. Esa superioridad se desarrolló desde la base, en la más temprana juventud, se diría que jugando “en la calle”.

En el fútbol, como en todos los deportes, existen gestos motores (movimientos especiales) que al realizarse interactuando con el balón, se convierten en fundamentos técnicos. Los fundamentos se realizan con el propósito de perfeccionar las acciones del fútbol y ahorrar energía. Son estos elementos los que deben ir fundamentando los criterios que se deben observar en los jugadores a la hora de ser seleccionados para conformar los equipos competitivos de los clubes, son estos mismos, los que se encontrarán a la hora de revisar los mecanismos que utilizan los clubes de la ciudad cuando hacen sus selecciones.

### 3.2.3.1.- El Fútbol

Para Horna, (1990, p 99) “fútbol, deporte de equipo practicado por dos conjuntos de once jugadores con una pelota esférica. Es el que más se juega en el mundo y también el más popular entre los espectadores, con un seguimiento de millones de aficionados”. El fútbol asociación se distingue de otros tipos de fútbol en que se juega fundamentalmente con los pies y sólo el portero está autorizado a utilizar las manos cuando se encuentra dentro del área de portería. Otra característica propia es que el juego es continuo, teniendo que improvisar los jugadores sus tácticas durante el mismo, cambiando sus posiciones constantemente para recibir o interceptar pases.

Lo único que se necesita para jugar es una pelota y dos porterías que se pueden marcar en el suelo con tiza o cal; y para aquellos que lo deseen y se lo puedan permitir, prendas deportivas como camisetas, pantalones cortos, medias y botas de fútbol.

#### **Características de los Jugadores de Campo.**

Según Pila, (1985, p 3) detalla las características de los futbolistas dentro del terreno de juego:

- **Velocidad.** Es la capacidad para moverse en cada turno. La puntuación coincide con el número de hexágonos que un jugador puede moverse en cada turno. También influye en qué jugador actúa primero, después de haber movido.
- **Driblar.** Sirve para evitar que a un jugador le roben el balón.

- **Robar.** Sirve para intentar robar el balón a otro jugador.
- **Colocar.** Sirve para chutar, pero de una forma colocada. Se utiliza para dar pases, tirar faltas, o incluso para tirar a puerta, cuando el balón está en poder del jugador (no sirve para rematar un pase). También se puede utilizar para tirar faltas, ya vayan a puerta o sean pases, y para tirar penalties.
- **Recibir.** Para recibir bien un pase, y seguir corriendo con el balón.
- **Rematar.** Para tirar a puerta, ya sea teniendo el balón controlado, o rematando un pase de un compañero, o para despejar el pase de un contrario. También se pueden tirar faltas, si van directamente a puerta, y penalties.
- **Fuerza.** La fuerza del jugador a la hora de chutar. Sirve para hallar la distancia máxima de los tiros utilizando colocar o rematar.

Analizando los efectos que HORNA (1999) menciona; que podemos darnos cuenta que un adolescente que se encuentra en plena etapa de competencia debe actuar con mucha disciplina, el consumo del alcohol que el adolescente este en desventaja ante su rival, además esta propenso a sufrir lesiones muy graves, des mismo modo el tabaco afecta al sistema inmunológico estando más expuesto a sufrir cualquier tipo de enfermedades.

### 3.2.3.2.- Fundamentos del Fútbol

**Manejo de Balón.-** Es la capacidad para manipular el balón y prepararlo para otras técnicas (tales como disparar o hacer un pase); es una de las más esenciales en el fútbol. Casi todos los jugadores famosos son conocidos por tener un gran manejo del

balón. Sólo puede lograrse un buen manejo de balón con incontables horas de entrenamiento con cercanía del balón. según ( Borsari 1999, p 21)

**Drible de Balón.-** Driblar no es otra cosa que moverse con el balón a lo largo del campo. Es una habilidad usada para reubicar a un jugador en un lugar deseado en donde pueda disparar o pasar el balón. Lo que transforma el drible en un arte son los defensores que constantemente tratan de limitar las opciones del jugador con el balón según ( Vásquez 1995, p 98)

**Pate del Balón.-** El pateo es una técnica fundamental y versátil usada para pasar, disparar y despejar. Los verdaderos aficionados al fútbol se refieren al disparo del balón porque suena más controlado

**Pase del Balón.-** El pase es la explotación de la posesión al transferir el balón de un compañero a otro. Los pases pueden ser ofensivos o defensivos por naturaleza. Sin importar su propósito, los pases siempre son ejecutados con el deseo de mantener la posesión del balón. Según (Borsari 1999, p 23)

**Recepción del Balón.-** Cuando esté corriendo a un lugar en particular, es mejor redirigir el balón en su trayectoria en vez de detenerlo por completo. Tenga como objetivo el hacer contacto con la parte media o superior del balón. Golpee ligeramente el balón en la dirección que quiere enviarlo. Los buenos futbolistas llevan el balón lejos de los contrarios más cercanos. Esto les da tiempo extra al mantenerlos un paso más lejos de las posiciones según (Canadi 2000, p 10)

### 3.3.- MARCO CONCEPTUAL

- a) **Adolescencia.-** fase del desarrollo psico-fisiológico de todo el individuo, que comienza desde los 12 años con la aparición de modificaciones morfológicas y fisiológicas, que caracterizan la pubertad
  
- b) **Alcohol.-** Término aplicado a los miembros de un grupo de compuestos químicos del carbono que contienen el grupo OH. Dicha denominación se utiliza comúnmente para designar un compuesto específico: el alcohol etílico o etanol
  
- c) **Bajo Rendimiento Físico.-** Pérdida de la efectividad técnica a causa de no poder realizar la táctica planteada por falta de condición física.
  
- d) **Capacidades físicas.-** Son los factores que determinan la condición física del futbolista, producto del desarrollo y optimización de los órganos, aparatos y sistemas del hombre para realizar diferentes actividades físicas en forma eficiente
  
- e) **Condición Física.-** Sumatoria de la fuerza, velocidad, resistencia aeróbica y anaeróbica y flexibilidad.
  
- f) **Consumo de alcohol.-** El alcohol es una sustancia soluble en agua y circula libremente por todo el organismo afectando a células y tejidos, comienza un proceso de cambios metabólicos, que en su primera etapa da lugar al acetaldehído que es más tóxico que el alcohol

- g) **Deporte.-** Es una actividad humana que satisface la necesidad de movimiento, cuya finalidad es ejercitar al individuo en tiempos libres, desarrollando habilidades, y destrezas generales y especiales. El deporte en general es la práctica en sus diferentes modalidades a través del juego, lucha y competición, con uno o más adversarios, contra un elemento, la distancia o el tiempo. Otro rasgo común es su carácter de afirmación de sí mismo, de ejercicio físico normado por reglas de juego y sometido a una técnica peculiar.
- h) **Fuerza.-** Es la capacidad física que busca vencer u oponerse a una resistencia externa a través de un esfuerzo muscular
- i) **Fútbol.-** Es deporte que se practica entre dos equipos, cada uno de once jugadores. El objetivo del juego es meter el balón en arco del equipo contrario de forma lícita. Por la cantidad de personas que la practican y número de aficionados que tiene es considerado como el deporte rey.
- j) **Preparación Física.-** Es un conjunto organizado y jerarquizado de los procedimientos de entrenamiento cuyo objetivo es el desarrollo, perfeccionamiento y la utilización de las capacidades físicas del deportista, puestos al servicio de los aspectos técnicos – táctico del deporte

- k) **Resistencia.-** Es la capacidad física más importante en la preparación física del deportista, es la que sirve de cimiento o base para el desarrollo de las otras; consiste en soportar un esfuerzo prolongado venciendo a la fatiga
- l) **Rendimiento Deportivo.-** Propósito que se desea alcanzar con una planificación, ejecución y evaluación de un entrenamiento deportivo con miras a las competencias de alto nivel. Los factores que conducen al rendimiento deportivo de alto nivel son: la preparación bio-psico-social, el entrenamiento invisible (nutrición - salud), y una plena disciplina futbolística.
- m) **Rendimiento Físico.-** Es la capacidad de realización de actividades físicas con la mayor performance y el menor gasto energético, en función de las expectativas de los logros a alcanzar.
- n) **Velocidad.-** Es la realización de una serie de acciones y desplazamientos motrices en el menor tiempo posible.

## **CAPÍTULO IV**

### **HIPOTESIS Y VARIABLES**

#### **4.1. FORMULACIÓN DE HIPÓTESIS**

##### **4.1.1. HIPÓTESIS GENERAL**

Existe una relación negativa entre el consumo de bebidas alcohólicas y el rendimiento físico-técnico en el fútbol en adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau Abancay, 2010.

##### **4.1.2.- HIPÓTESIS ESPECÍFICAS**

- A mayor consumo de bebidas alcohólicas, menores cualidades motrices en el fútbol, en adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau Abancay, 2010?

- A mayor consumo de bebidas alcohólicas, menor efectividad en los fundamentos del fútbol, en adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau Abancay, 2010?

#### 4.2. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES:

##### A.- VARIABLE INDEPENDIENTE:

VARIABLE	DIMENSION	INDICADORES	INDICES
Consumo de Bebidas Alcohólicas	Características del consumo	Tipo de Bebidas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Destilada</li> <li>• Fermentada</li> </ul>
		Frecuencia de consumo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Días</li> <li>• Semanas</li> <li>• Mensual</li> <li>• Semestral</li> </ul>
		Cantidad de consumo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vasos</li> <li>• copas</li> <li>• Botellas</li> <li>• Cajas</li> </ul>
		Lugar de consumo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Casa</li> <li>• Calle</li> <li>• Colegio</li> <li>• Barrio</li> </ul>
		Motivos de consumo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• problemas familiares</li> <li>• problemas personales</li> <li>• Problemas sociales</li> <li>• otros</li> </ul>

**B.- VARIABLE DEPENDIENTE:**

VARIABLE	DIMENSION	INDICADORES	INDICES
Rendimiento físico en el fútbol	Cualidades motrices	Velocidad Agilidad Resistencia Fuerza	<ul style="list-style-type: none"><li>• Optimo</li><li>• Regular</li><li>• Deficiente</li></ul>
	Fundamentos básicos del fútbol	Recepción del balón Conducción del balón Pases del balón Dribling del balón	<ul style="list-style-type: none"><li>• Optimo</li><li>• Regular</li><li>• Deficiente</li></ul>

## CAPÍTULO V

### METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

#### 5.1.- TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN.

El presente trabajo se enmarca dentro de la investigación de tipo Básica por que incrementa los conocimientos teóricos, sin interesarse directamente en sus posibles aplicaciones practicas inmediatas: conocimiento por conocimiento a su vez el nivel de investigación es correlacional por que especifican las relaciones o asociaciones entre las variables que son las siguientes consumo de bebidas alcohólicas y rendimiento físico en el fútbol

#### 5.2.- MÉTODO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.

El método de estudio es no experimental u observacional, por que se observarán la situación de las variables en un contexto real o ex post facto, porque permitió registrar datos ocurridos en el pasado (después que sucedieron los hechos: X Y), respecto al consumo de bebidas alcohólicas y el rendimiento físico en el fútbol.

El diseño de investigación es correlacional, porque se relaciona entre la variable independiente (X) y la variable dependiente.

X ————— Y

### 5.3.- POBLACIÓN

La población fue constituida por todo los adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa secundaria de miguel Grau, ascendiendo a un total de 300 adolescentes, distribuidos en “tres” grados:

Grados	Total de Adolescentes
Tercero	100
Cuarto	90
Quinto	110
TOTAL	300

#### 5.3.1.- CARACTERÍSTICAS Y DELIMITACIÓN.

Los adolescentes de la institución educativa Miguel Grau de Abancay, comprenden en su gran mayoría de 14 a 16 años de edad que se encuentran en el nivel secundario, procedentes de los distritos de Abancay, Grau, Aymaraes y otros, de una situación económica media y alta.

La institución educativa contó con un promedio de 300 adolescentes matriculados en el presente año 2010. A si mismo podemos mencionar que cuenta con una infraestructura deportiva inadecuada y servicios higiénicos en malas condiciones. Tiene un área total de 10 000 m<sup>2</sup>.

Sus límites son:

- Por el Norte : Av. sol
- Por el Sur : Av. Perú
- Por el Este : Av. Samanez Ocampo
- Por el Oeste : Av. Seoane

### **5.3.2.- UBICACIÓN ESPACIAL – TEMPORAL.**

La institución educativa Miguel Grau de Abancay esta ubicada en la Av. Seoane, distrito de Abancay, provincia de Abancay del departamento de Apurímac pertenece a la Dirección Regional de Educación Apurímac. La ejecución de la investigación se desarrolló en el presente año 2010.

## **5.4.- MUESTRA.**

### **5.4.1. TÉCNICAS DE MUESTREO.**

En la presente investigación se utilizó la técnica del muestreo no pro balístico - intencional ya que los elementos que conformaron la muestra están determinados, por los adolescentes que consumen bebidas alcohólicas y Practican fútbol mediante el criterio de inclusión para los grados mencionados.

#### 5.4.2. TAMAÑO Y CÁLCULO DE LA MUESTRA.

El tamaño de muestra es de 100 adolescentes de 14 a 16 años que forman parte de la investigación.

#### DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA POR GRADOS

Grados	Total de Adolescentes
Tercero	30
Cuarto	25
Quinto	45
TOTAL	100

#### 5.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Nº	Técnica	Instrumento
1	<b>Encuesta.-</b> por que nos facilitó determinar la variable consumo de bebidas alcohólicas en su dimensión característica de consumo	Cuestionario
2	<b>Test.-</b> esta técnica nos ayudó a determinar el nivel de rendimiento físico en el fútbol en sus dimensiones cualidades motrices y fundamentos del fútbol	Ficha de test

## 5.6.- PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS.

El procesamiento de datos se efectuó mediante el paquete estadístico SPSS versión 17 y el programa Excel. En una primera parte, se presenta el análisis descriptivo y consecuentemente el análisis inferencial.

Para la prueba de hipótesis, se aplicó la prueba estadística de Spearman.

$$\rho = 1 - \frac{6 \sum D^2}{N(N^2 - 1)}$$

Donde,  $D$  es la diferencia entre los correspondientes valores de  $x - y$ .  $N$  es el número de parejas.

Se tiene que considerar la existencia de datos idénticos a la hora de ordenarlos, aunque si éstos son pocos, se puede ignorar tal circunstancia

La interpretación de coeficiente de Spearman oscila entre -1 y +1, indicándonos asociaciones negativas o positivas, según sea el caso, mientras que el cero (0), significa ausencia de correlación, pero no independencia.

## 5.7.-PRUEBA DE HIPÓTESIS.

### FORMULACIÓN DE HIPÓTESIS NULAS Y ALTERNAS.

#### Hipótesis nula

- No existe relación entre la el consumo de bebidas alcohólicas y rendimiento físico-técnico de los adolescentes de 14 a 16 años de la Institución Educativa Miguel Grau, Abancay-2010.

#### Hipótesis alterna

- Existe relación positiva entre la el consumo de bebidas alcohólicas y rendimiento físico-técnico de los adolescentes de 14 a 16 años de la Institución Educativa Miguel Grau, Abancay-2010.

### SELECCIÓN DE LAS PRUEBAS ESTADÍSTICAS

Para el análisis de las variables que contiene la presente investigación, se aplicó la estadística descriptiva e inferencial. La estadística descriptiva se empleó para el análisis desagregado de las variables e indicadores relevantes. Y la estadística inferencial se utilizó para la asociación de variables y contrastación de las hipótesis de investigación, mediante la aplicación del coeficiente de correlación  $\rho$  de spearman.

Regla de decisión:

$$\alpha = 0,05$$

## CONDICIONES PARA RECHAZAR O ACEPTAR LA HIPÓTESIS

Ho:  $p = 0$  (ausencia de correlación)

Ha:  $p \neq 0$  (existe algún grado de relación positiva)

Hi:  $p \neq 0$  (existe algún grado de relación negativa)

## **CAPÍTULO VI**

### **RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **6.1.- ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.**

Este capítulo es la parte primordial de la investigación, puesto que en esta se concretan los datos básicos que caracterizan y explican el logro de los objetivos y la prueba de hipótesis plateadas en el estudio, siendo organizado en los subcapítulos siguientes:

El primer subcapítulo, está referido al análisis e interpretación descriptiva de los datos, que comprende el análisis del nivel de consumo de bebidas alcohólicas, en el cual se involucran a los siguientes indicadores: tipo, cantidad, frecuencia, lugar y entorno social de consumo de bebidas alcohólicas; y lo referido a la variable rendimiento físico-técnico en el fútbol, en la cual se analizan los indicadores considerados para las pruebas físicas y técnicas.

En el segundo subcapítulo, se efectúa el análisis e interpretación correlacional de las variables de estudio, el cual involucra la relación entre consumo de bebidas alcohólicas y

rendimiento físico-técnico en el fútbol, siendo desagregado en dos momentos siguientes: en el primer momento se examina la relación entre consumo de bebidas alcohólicas y rendimiento físico en el fútbol y en un segundo instante se explora la relación entre consumo de bebidas alcohólicas y rendimiento técnico en el fútbol.

El tercer subcapítulo, se aboca a la contrastación de las hipótesis de estudio. Vale decir a la prueba de hipótesis: general y específicos.

## **6.2.- ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DESCRIPTIVA**

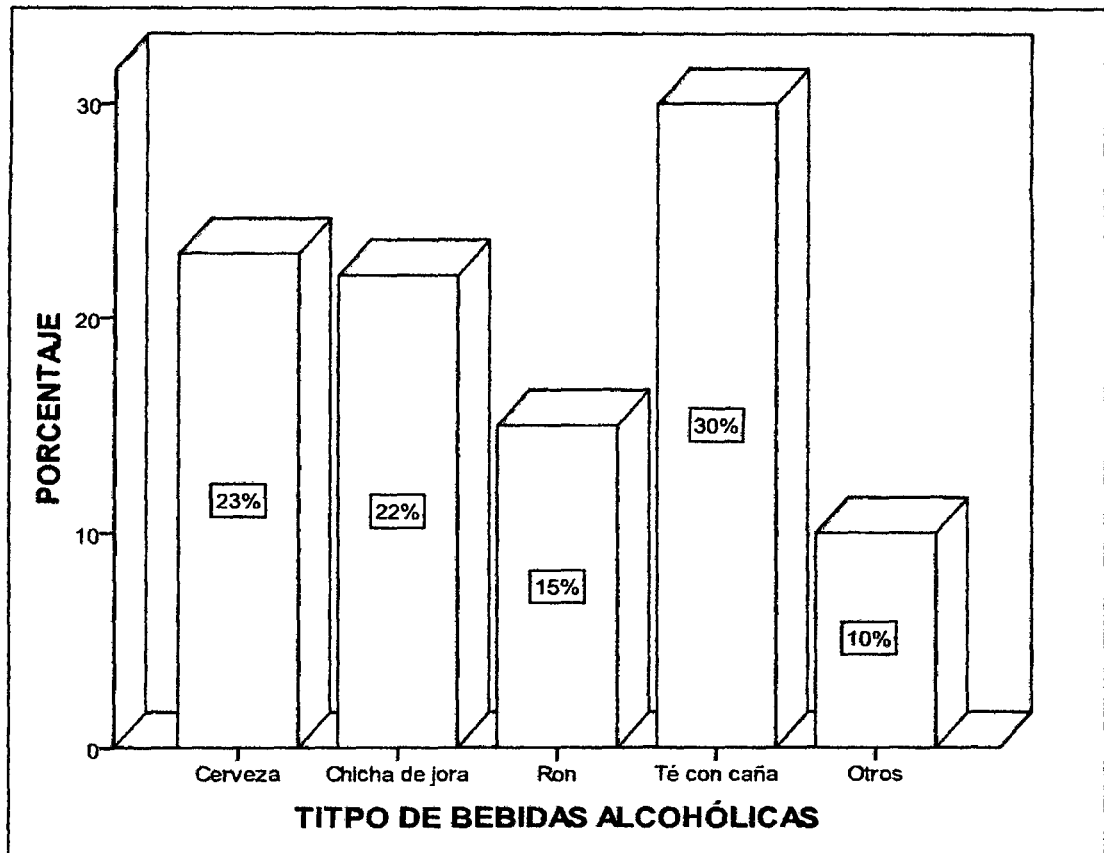
En este acápite se representan y describen lo relacionado al nivel de consumo de bebidas alcohólicas y estimación del rendimiento físico-técnico en el fútbol, los mismos que a continuación se analizan en forma desagregada.

### **6.2.1.-ANÁLISIS DEL NIVEL DE CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS.**

Respecto al tipo de consumo de bebidas alcohólicas, en el gráfico N° 01, se aprecia que el 30% de adolescentes de 14 a 16 años de edad, consumen te con caña, cerveza 23% , 22% chica de jora y el 10% consumen otras bebidas alcohólicas como 3x, cuba libre, Tampico con ron, etc.

## GRÁFICO N° 01

### CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS



FUENTE: Elaboración propia, en base a datos de estudio, 2010

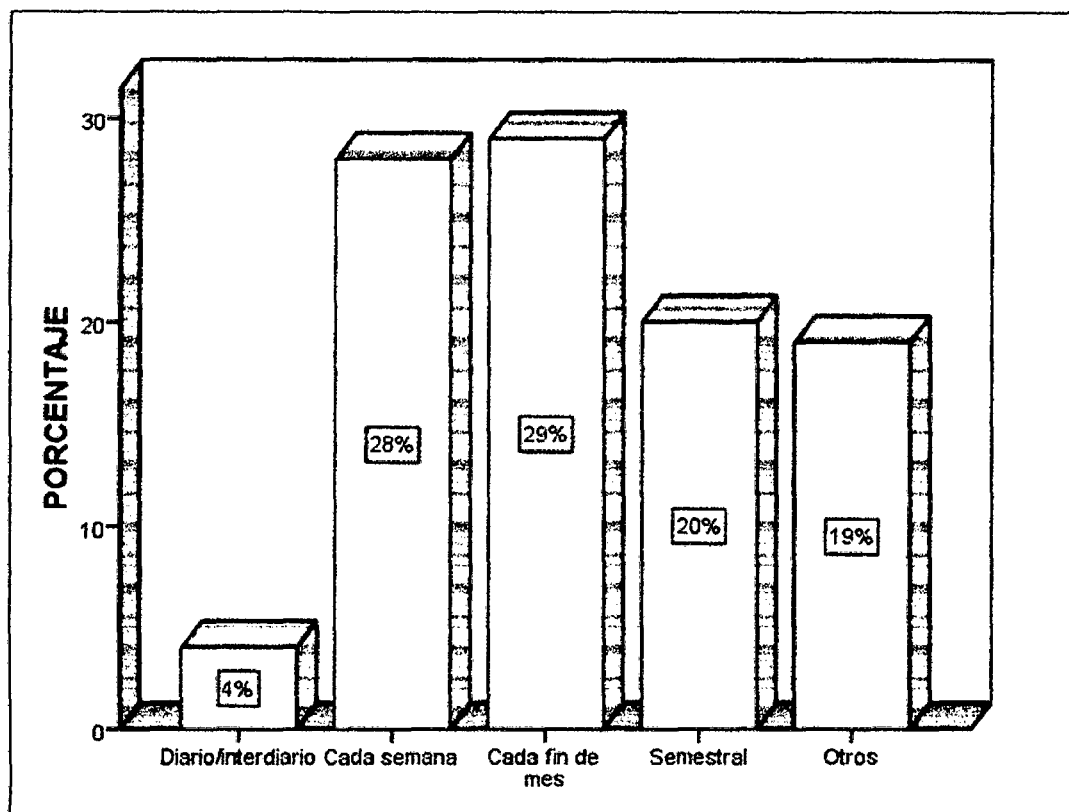
Estos resultados del gráfico que antecede, hacen entrever que la bebida alcohólica más accesible y/o de mayor preferencia es té con caña, ello debido que el costo del mismo no es muy elevado, los adolescentes de 14 a 16, no cuentan con recursos económicos “suficientes” considerando que no trabajan por encontrarse en edad escolar, son bebidas alcohólicas comerciales sumamente accesibles para su adquisición en nuestro medio social. Como dice

Por otra parte, la frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas, en el gráfico N° 02 nos muestra que el 29% de adolescentes de 14 a 16 años de edad tienen una frecuencia cada fin

de mes, el 28% consumen cada fin de semana y el 4% consumen diario las bebidas alcohólicas.

**GRÁFICO N° 02**

**FRECUENCIA DE CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS**



FUENTE: Elaboración propia, en base a datos de la encuesta de estudio, 2010.

Estos datos que se aprecian en el gráfico que antecede, tienen un sustento en que:

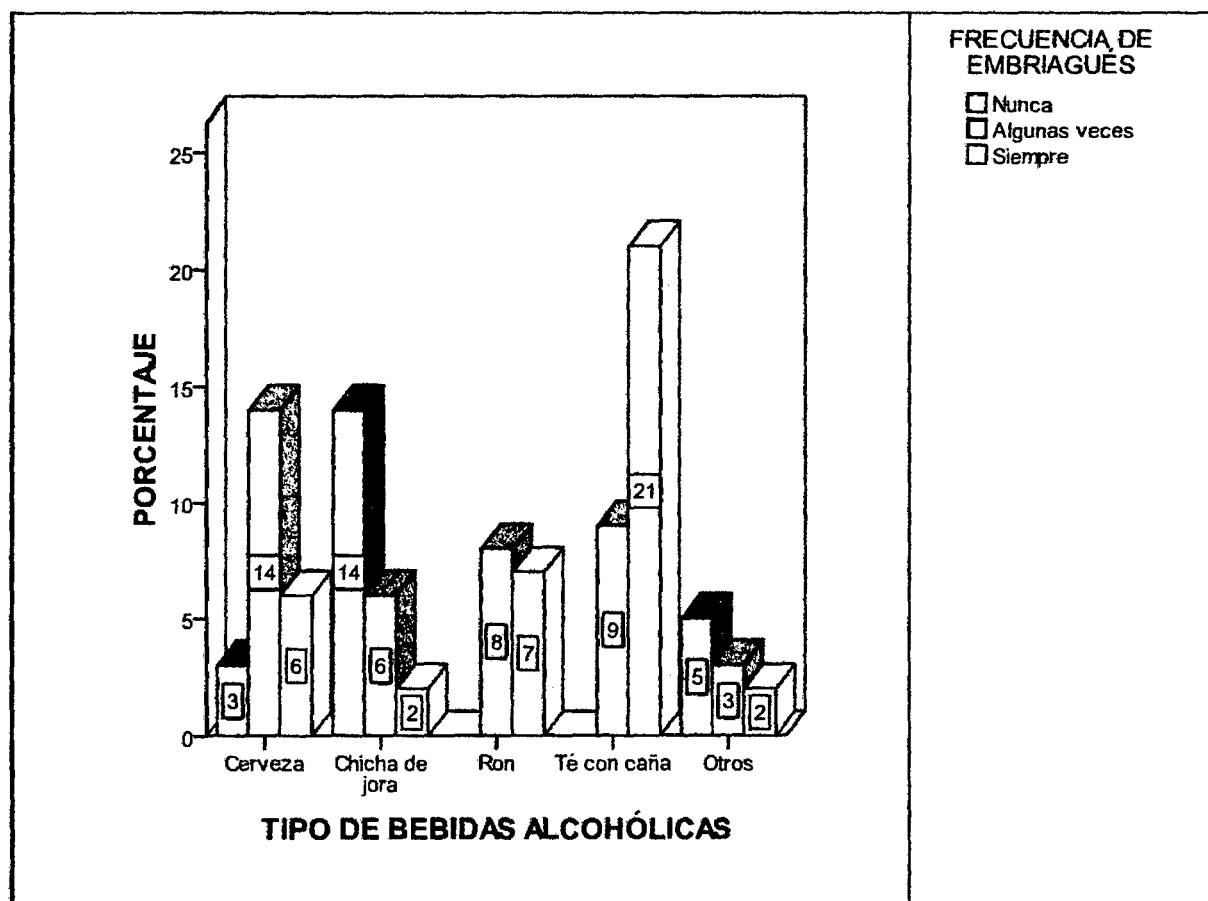
los adolescentes estudian durante la semana, disponiendo el tiempo solamente los fines de la semana donde el medio o el local donde se encuentran les condicionan a ingerir bebidas alcohólicas y de otra parte, el consumo de bebidas alcohólicas los fines de semana por que los últimos días del mes obtienen dinero de acuerdo a su coyuntura puede ser trabajando los días no laborales, o los padres de familia los proveen de dinero para su estudio y otros así mismo

consumen en compromisos y fiestas juveniles y/o familiares que promueven periódicamente dentro de nuestra localidad o en el seno familiar.

Así mismo, al sistematizar los datos relacionados a la frecuencia de embriagues según el tipo de bebidas alcohólicas, es posible apreciar (gráfico N° 03) que el 21 % de adolescentes de 14 a 16 años de edad que consumen té con caña siempre hasta embriagarse y el 14% de adolescentes que consumen chicha de jora que casi nunca se embriagan y el 14% sostienen que consumen cerveza que solamente algunas veces se embriagan.

**GRÁFICO N° 03**

**FRECUENCIA DE EMBRIAGUES, SEGÚN EL TIPO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS**



FUENTE: Elaboración propia, en base a datos de estudio, 2010.

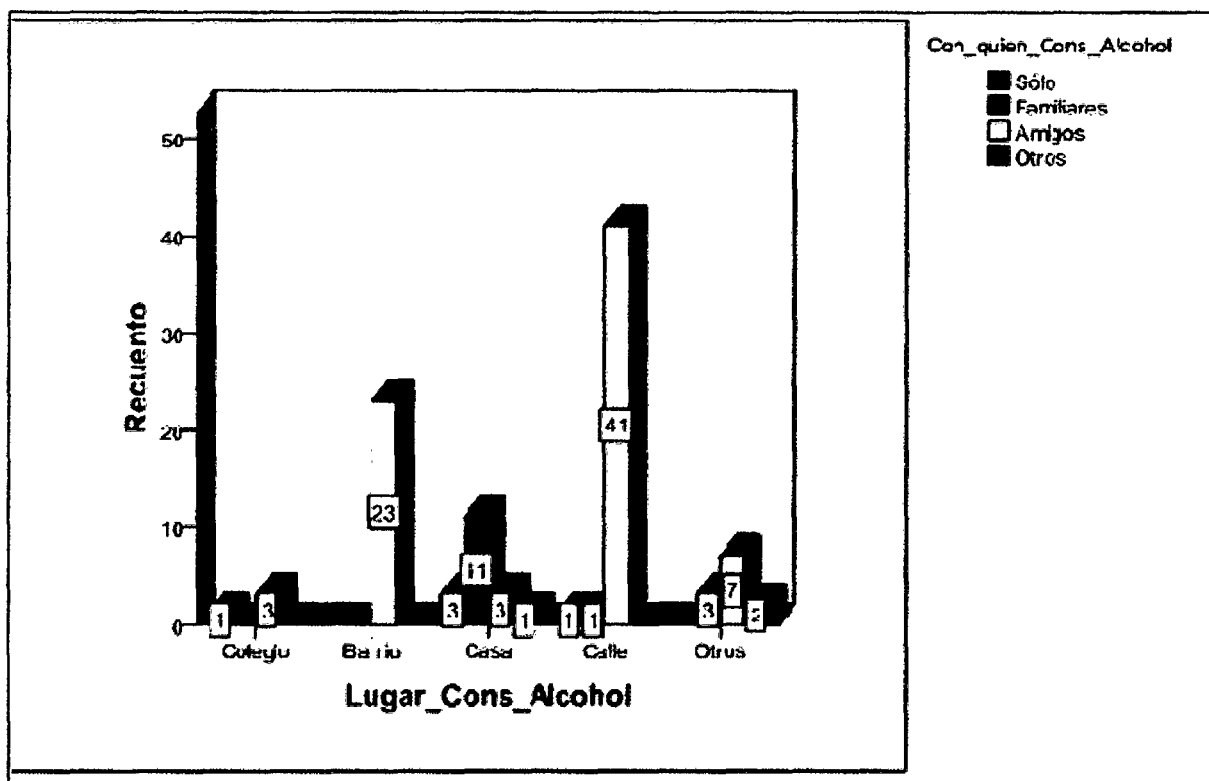


Estos resultados del gráfico que antecede, hacen ver que la bebida alcohólica té con caña es más accesible y/o de mayor preferencia, por lo tanto el costo del mismo no es muy elevado y esto contiene mayor grado de alcohol, esto implica que tienen siempre una frecuencia de embriagues con mayor facilidad, en cambio la cerveza y la chicha de jora contienen menor grado de alcohol esto implica que consumen bebidas alcohólicas algunas veces hasta embriagarse.

También es necesario resaltar los lugares y el entorno social de consumo de bebidas alcohólicas como se muestra en el gráfico N° 04 el 41% consumen en la calle, el 23% consumen en el barrio y el 3% de adolescentes consumen bebidas alcohólicas en el colegio.

**GRAFICO N° 04**

**LUGARES Y ENTORNO SOCIAL DE CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS**



FUENTE: Elaboración propia, en base a datos de la encuesta de estudio, 2010.

Estos resultados nos indican que los adolescentes que ingieren bebidas alcohólicas en la calle es por que no hay ninguna supervisión de los padres de familia, docentes y familiares y es un lugar libre, ahora consumen en el barrio con sus amigos de su entorno social por que tienen una confianza y amistad y consumen en la institución educativa por que es muy extenso y grande.

### **6.2.2.- ESTIMACIÓN DEL RENDIMIENTO FÍSICO-TÉCNICO EN EL FÚTBOL.**

En este apartado se analiza y se interpreta la variable de rendimiento físico-técnico del fútbol mediante en un rango de (1-5) de niveles en el rendimiento físico y técnico.

#### **A) NIVELES DE RENDIMIENTO FÍSICO EN EL FÚTBOL.**

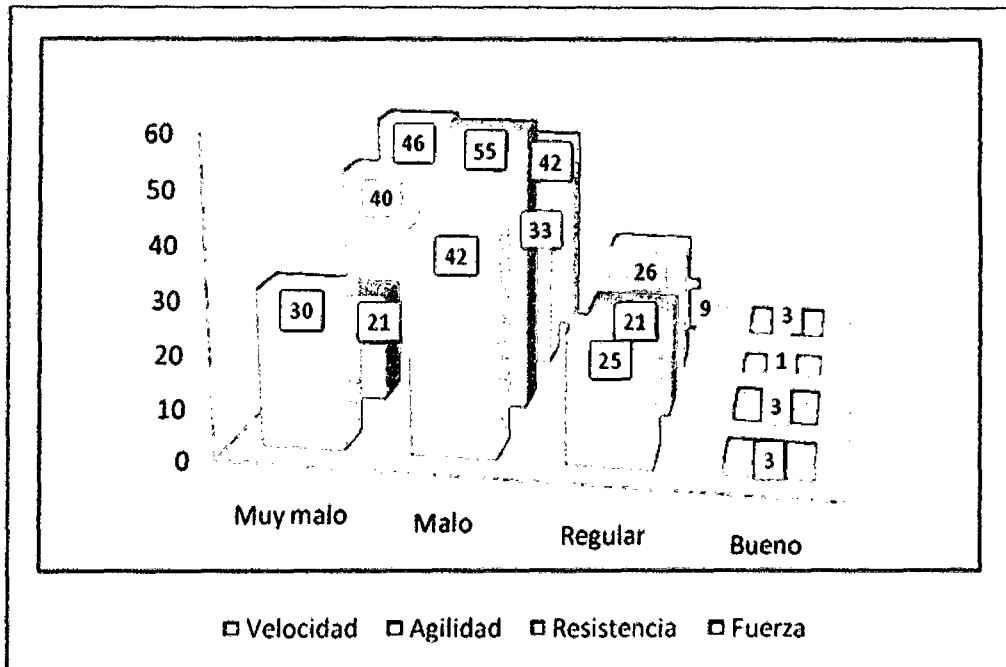
Los indicadores que se analiza para determinar los niveles de rendimiento físico del futbol es en porcentajes son: la prueba de Velocidad de 50 metros, Agilidad sentarse y pararse en un minuto de tiempo, Resistencia (Test de Cooper), Fuerza de Piernas golpear el balón de fútbol estático.

El indicador que presenta el gráfico N° 05 el nivel más alto en el rendimiento físico es de acuerdo a su nivel de medición en la agilidad el 55% tiene un rendimiento físico malo y el 3% el rendimiento es bueno, en la fuerza el 46% tiene el rendimiento físico muy malo y el 3% el rendimiento es bueno y en la velocidad el 42% tiene el rendimiento malo y el 3% el rendimiento es bueno y por ultimo la resistencia 40% tiene el rendimiento físico muy malo y el 1% el rendimiento es bueno.



## GRÁFICO N° 05

### NIVELES DE RENDIMIENTO FÍSICO EN EL FÚTBOL

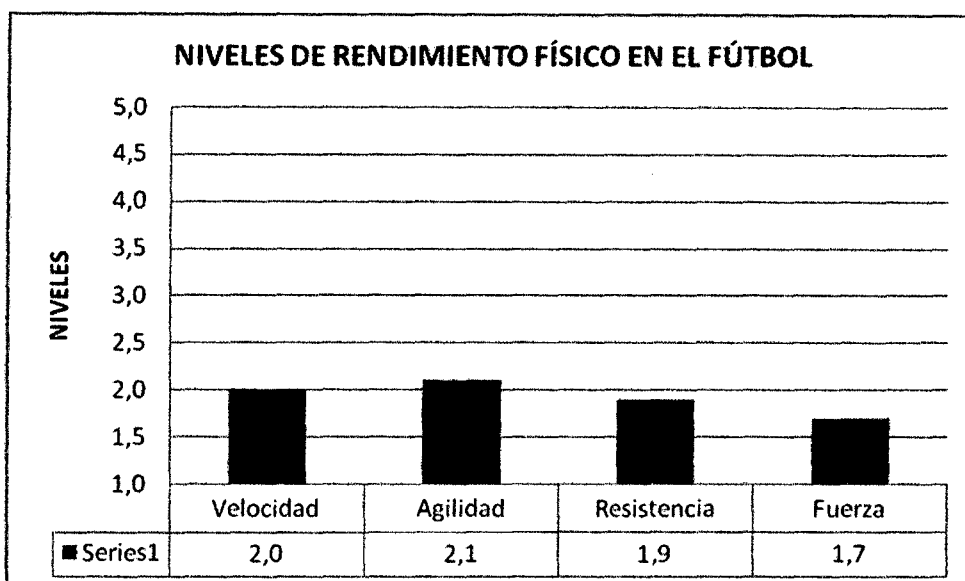


**FUENTE:** Elaboración propia, en base a datos de las pruebas físicas de estudio, 2010.

Estos resultados nos indican que la fuerza es muy malo por el mismo hecho que requiere un plan de trabajo sistematizado en la ejecución de los ejercicios netamente para adquisición de la fuerza en los adolescentes, en cambio la velocidad es regular por que es uno de las capacidades físicas fundamentales que implica reacción en un tiempo posible ante un estímulo por la misma rutina de juego diaria los adolescentes desarrollan de alguna u otra manera la velocidad. Sin embargo el indicador que presenta en el cuadro N° 01 de niveles de rendimiento físico en el fútbol, el más alto nivel de valoración mediante un rango de valor de (1-5) que son: agilidad 2.1, velocidad 2.0, resistencia 1.9 y fuerza 1.7 que a continuación se muestra en el cuadro.

## CUADRO N° 01

### NIVELES DE RENDIMIENTO FÍSICO EN EL FÚTBOL



FUENTE: Elaboración propia, en base a datos de las pruebas físicas de estudio, 2010

Estos resultados que se aprecian nos indica que la agilidad es regular, esto nos da a conocer que en su ejecución tiene una facilidad en menor tiempo y por otro lado la fuerza es malo, por que no existe una estrategia de trabajo de acuerdo al principio de entrenamiento de compensación de carga.

#### B) NIVELES DE RENDIMIENTO TÉCNICO EN EL FÚTBOL.

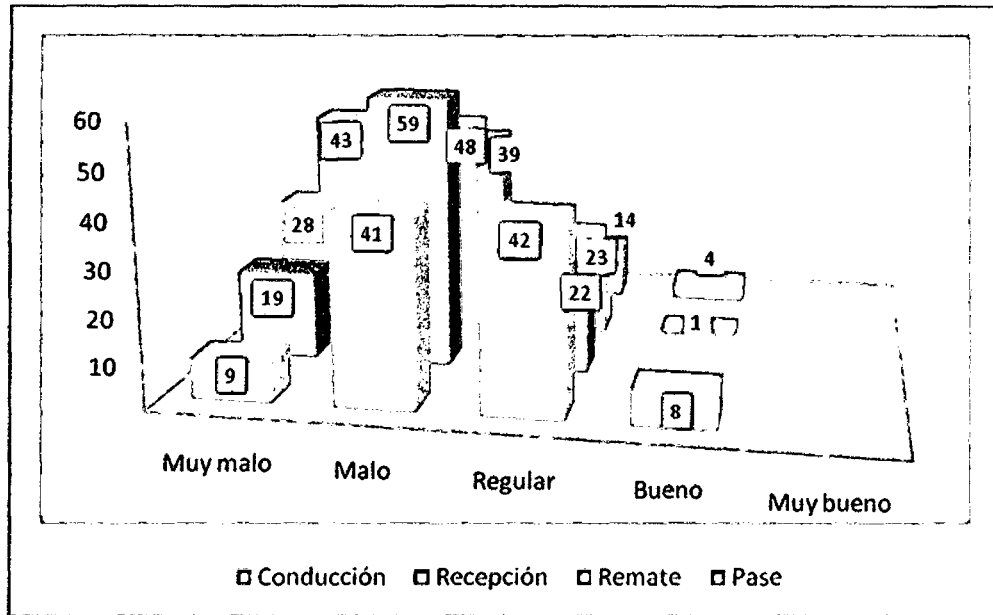
Los indicadores que se analizan para determinar los niveles de rendimiento técnico en el fútbol son: Conducción del balón (borde interno, externo y empeine del pie) en un área determinada a una distancia de 20 metros, Recepción del balón (pecho, muslo y pie) a una distancia de 5-10 metros, Remate del balón (borde interno, externo y empeine del pie) desde un punto de referencia

hasta 18 metros de distancia, Pase desde una distancia de 20 metros, el cual deberá caer en un círculo que se realizara 10 intentos que mencionamos de la siguiente manera.

El grafico N° 06 de niveles de rendimiento técnico en el futbol nos muestra en porcentajes de las prueba técnicas del futbol que se considera de la siguiente manera: en la conducción del balón el 41% de los adolescentes se encuentran en el nivel de rendimiento técnico malo y el 8% se encuentra en el nivel de rendimiento técnico bueno, en tanto la siguiente prueba técnica que es la recepción , el cual se detalla que el 41% de adolescentes se encuentran en un nivel de rendimiento técnico malo y el 0% de adolescentes se encuentran en un nivel de rendimiento técnico bueno, por otro lado la siguiente prueba técnica que es el remate obtiene el 48%de adolescentes se ubican en un nivel de rendimiento técnico malo y el 1%de adolescentes se encuentran en un nivel de rendimiento técnico bueno y la ultima prueba técnica que es el pase ,el 43 % de adolescentes se ubican en un nivel de rendimiento técnico bueno.

## GRÁFICO N° 06

### NIVELES DE RENDIMIENTO TÉCNICO EN EL FÚTBOL



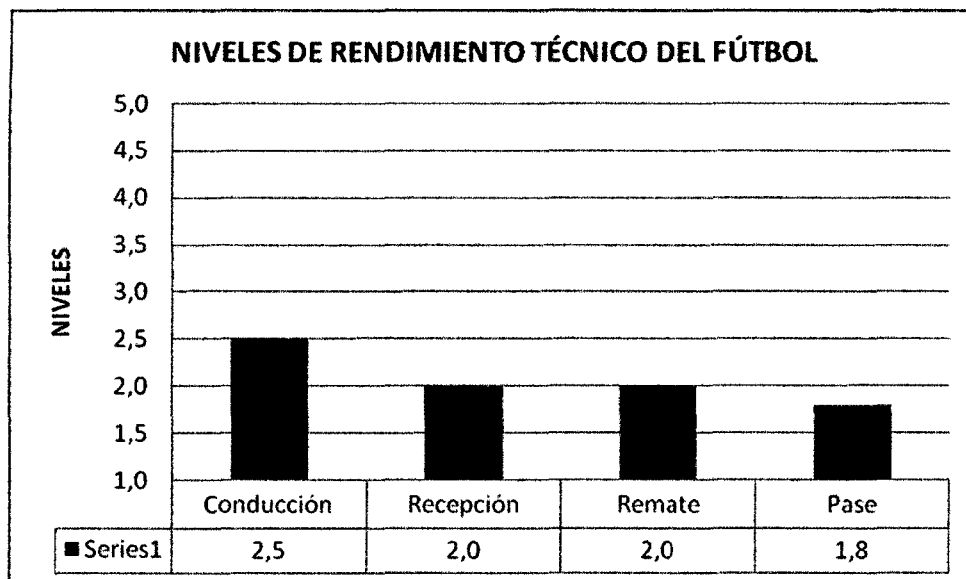
FUENTE: Elaboración propia, en base a datos de las pruebas técnicas de estudio, 2010

Estos datos que se muestran nos indican que la recepción tiene un rendimiento malo por que en su proceso de asimilación requiere mayor trabajo práctico, técnico y una coordinación mutua entre el esquema corporal y el balón, sin embargo cabe explicar que el pase cumple un papel muy importante en la práctica del fútbol es por esa razón nos ayuda desplazar el balón de un lugar a otro así mismo se ejecuta en sistemas ofensivos y defensivos.

El indicador que presenta en el cuadro N° 02 de niveles de rendimiento técnico en el fútbol el más alto nivel de valoración mediante un rango de valor de (1-5) que son:

conducción 2.5, recepción 2.0, remate 2.0 y pase 1.8 que a continuación se muestra en el cuadro.

**CUADRO N° 02**



FUENTE: Elaboración propia, en base a datos de las pruebas físicas de estudio, 2010

Estos resultados nos indican que la prueba técnica de la conducción es el fundamento básico del fútbol y es fácil de asimilar las maniobras con el balón, pero para realizar el pase se requiere mayor práctica y precisión y coordinación del balón con el cuerpo al momento de ejecutar. Donde el tesista **ALVITES HERVAY; NORBERTO A. Y OTROS (1998)**, en su tesis “Realidad del fútbol en Abancay” menciona, En la ciudad de Abancay el deporte de Fútbol se encuentra en bajo nivel, por falta de Técnicos Deportivos, especialistas, profesores de Educación Física y factores que influyen de manera negativa como es lo económico y sociales (alcoholismo). Y también dice El consumo alcohol es un factor influyente en el bajo nivel del Fútbol de los deportistas de Abancay.



### 6.3.- ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN CORRELACIONAL.

Para analizar este apartado, se consideró el coeficiente de correlación  $\rho$  de Spearman, (para medir la asociación o interdependencia entre las variables de estudio) entre dos variables aleatorias continuas. Para calcular  $\rho$ , los datos son ordenados y reemplazados por su respectivo orden.

El estadístico  $\rho$  viene dado por la expresión:

$$\rho = 1 - \frac{6 \sum D^2}{N(N^2 - 1)}$$

Donde,  $D$  es la diferencia entre los correspondientes valores de  $x - y$ .  $N$  es el número de parejas.

La interpretación de coeficiente de Spearman oscila entre -1 y +1, indicándonos asociaciones negativas o positivas, según sea el caso, mientras que el cero (0), significa ausencia de correlación.

#### 6.2.1.- RELACIÓN ENTRE CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS Y RENDIMIENTO FÍSICO-TÉCNICO EN EL FÚTBOL

En el cuadro N° 03, se aprecia la relación existente entre la variable consumo de bebidas alcohólicas y la variable rendimiento físico-técnico en el fútbol, mediante el estadístico de correlación  $\rho$  de Spearman, que es de -0,231\* y también en cuanto al nivel de Significancia (bilateral) es de 0,021.

**CUADRO N° 03**

<b>Correlaciones</b>			
		<b>CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS</b>	<b>RENDIMIENTO FÍSICO-TÉCNICO EN EL FÚTBOL</b>
<b>CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS</b>	Rho de Spearman	1,000	-0,231*
	Sig. (bilateral)		0,021
	N	100	100
<b>RENDIMIENTO FÍSICO-TÉCNICO EN EL FÚTBOL</b>	Rho de Spearman	-0,231*	1,000
	Sig. (bilateral)	0,021	
	N	100	100
*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).			

Analizando el cuadro, se puede afirmar que existe una correlación al nivel de 0,05 de significancia, esto implica se tiene una correlación verdadera al 95% y una probabilidad de error al 5%. De modo que es posible aseverar que existe una asociación en las variables de estudio.

En consecuencia, se deduce que a mayor consumo de bebidas alcohólicas, menor es el rendimiento físico-técnico en el fútbol y viceversa. Existiendo así una correlación negativa débil (-0,231\*).



### 6.3.2.-RELACIÓN ENTRE CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS Y RENDIMIENTO FÍSICO EN EL FÚTBOL.

En el cuadro N° 04, cabe explicar que la relación existente entre consumo de bebidas alcohólicas y rendimiento físico en el fútbol según la Rho de Spearman es de -0,175 nivel de significancia y también cuanto al Sig. (bilateral) es de 0,082. De porcentaje

CUADRO N°04

Correlaciones			
		CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS	RENDIMIENTO FÍSICO EN EL FÚTBOL
CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS	Rho de Spearman	1,000	-0,175
	Sig. (bilateral)	.	0,082
	N	100	100
RENDIMIENTO FÍSICO EN EL FÚTBOL	Rho de Spearman	-0,175	1,000
	Sig. (bilateral)	,082	.
	N	100	100

La correlación nos indica lo siguiente, el nivel de significancia de consumo de bebidas alcohólicas es de 0,175 y es 8% esto implica que no existe un nivel de significancia como



se ha querido por que esto significa que a la parte física de un adolescente no influye al 100% el consumo de bebidas alcohólicas, pero si en un porcentaje mínimo según el cuadro.

### **6.3.3.- RELACIÓN ENTRE CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS Y RENDIMIENTO TÉCNICO EN EL FÚTBOL**

En este párrafo vamos a dar a conocer la correlación entre la variable de consumo de bebidas alcohólicas con rendimiento técnico en el fútbol.

En el cuadro N° 05 de correlaciones nos muestra la relación existente entre la variable consumo de bebidas alcohólicas con la variable rendimiento técnico en el fútbol tiene una correlación según la  $p$  de spearman es de  $-0,232^*$  también cuanto al Sig. (bilateral) es de 0,20. De porcentaje 20%.



CUADRO N° 05

Correlaciones			
		CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS	RENDIMIENTO TÉCNICO EN EL FÚTBOL
CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS	Rho de Spearman	1,000	-,232*
	Sig. (bilateral)		,020
	N	100	100
RENDIMIENTO TÉCNICO EN EL FÚTBOL	Rho de Spearman	-,232*	1,000
	Sig. (bilateral)	,020	
	N	100	100
*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).			

Existe una correlación significativa. Porque nos indica, que el nivel de significancia de consumo de bebidas alcohólicas y el rendimiento técnico en el fútbol es de -0,232 es el nivel de significancia y esto significa que el consumo de bebidas alcohólicas influye directamente en la parte técnica de un adolescente en el fútbol, porque en la mayoría de los casos siempre se practica la técnica en el futbol en forma estatica.

#### 6.4.- CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS

A continuación se presenta la contrastación y validación de la hipótesis general y cada una de las hipótesis específicas de la investigación.



#### 6.4.1.-Prueba de Hipótesis General

**Hipótesis general:**  $X - Y$ .

$$H_0: \rho_{x-y} = 0$$

$$H_1: \rho_{x-y} \neq 0$$

Nivel de significancia:

$$\alpha = 0,05$$

Resultados:

$$X-Y: \rho = -0,231^*$$

$$S = 0,021$$

$$P^2 = -0,053$$

#### **Conclusión:**

El factor para  $X-Y$ , muestra una correlación significativa al nivel del 0,05 (95% de nivel de confianza en que la correlación es verdadera y 5% de probabilidad de error), por lo que se establece que existe una asociación negativa entre la variable de consumo de bebidas alcohólicas y la variable rendimiento físico-técnico en el fútbol.

Este resultado, permite inferir que a mayor consumo de bebidas alcohólicas es menor el rendimiento físico-técnico en el fútbol. Entonces, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Lo anterior tiene explica también mediante el valor de  $p^2$  que el consumo de bebidas alcohólicas, contribuye en un 5,3% la variación del rendimiento físico-técnico en el fútbol.

#### 6.4.2.- Prueba de Hipótesis Específicos

Hipótesis específica 1: X – Y.

$$H_0: \text{Rho } x-y_1 = 0$$

$$H_1: \text{Rho } x-y_1 \neq 0$$

Nivel de significancia:

$$\alpha = 0,05$$

Resultados:

$$X-Y_1: \text{rho} = -0,175$$

$$S = 0,082$$

$$\text{rho}^2 = -0,031$$



## Conclusión

El valor del coeficiente "p" para X-Y<sub>1</sub>, indica que no existe el nivel de significancia del 0,05 (95% de confianza en que la correlación es verdadera y 5% de probabilidad de error); vale decir, a mayor consumo de bebidas alcohólicas, es menor cualidad motriz en el fútbol y viceversa. Entonces, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Asimismo, el valor de p<sup>2</sup> muestra que, consumo de bebidas alcohólicas, contribuye en un 31% la variación del nivel de rendimiento físico en el fútbol y viceversa.

### Hipótesis específica 2: X – Y<sub>2</sub>.

$$H_0: \text{Rho } x-y_2 = 0$$

$$H_1: \text{Rho } x-y_2 \neq 0$$

Nivel de significancia:

$$\alpha = 0,05$$

Resultados:

$$X-Y_2: \text{Rho} = -0,232^*$$

$$S = 0,020$$

$$\text{Rho}^2 = -0,054$$



## Conclusión:

El valor del coeficiente "p" para  $X-Y_2$ , indica que existe una correlación negativa media, a un nivel de significancia del 0,05 (95% de confianza en que la correlación es verdadera y 5% de probabilidad de error); vale decir, a mayor consumo de bebidas alcohólicas, menor efectividad en los fundamentos en el fútbol y viceversa. Entonces, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Asimismo, el valor de  $p^2$  muestra que, consumo de bebidas alcohólicas, contribuye en un 54% la variación del nivel de rendimiento técnico en el fútbol y viceversa.

## CONCLUSIONES

- Los resultados de la presente investigación, permiten deducir que: a mayor consumo de bebidas alcohólicas, menor es el rendimiento físico-técnico en el fútbol y viceversa. Existiendo así una correlación negativa débil (-0,231\*). Donde existe una correlación al nivel de 0,05 de significancia, esto implica que se tiene una correlación verdadera al 95% de confianza y una probabilidad de error al 5%. De modo que es posible aseverar que existe una asociación en las variables de estudio.
- La bebida alcohólica té con caña es la más accesible y/o de mayor preferencia, por lo tanto el costo del mismo no es muy elevado y esto contiene mayor grado de alcohol, esto implica que tienen siempre una frecuencia de embriagues con mayor facilidad, en cambio la cerveza y la chicha de jora contienen menor grado de alcohol esto implica que consumen bebidas alcohólicas algunas veces hasta embriagarse.
- En cuanto al rendimiento físico es de acuerdo a su nivel de medición, en la fuerza el 46% tiene el rendimiento físico muy malo y el 3% el rendimiento es bueno y en la velocidad el 42% tiene el rendimiento malo y el 3% el rendimiento es bueno. Estos resultados nos indican que la fuerza es muy mala por el mismo hecho que requiere un plan de trabajo sistematizado en la ejecución de los ejercicios netamente para adquisición de la fuerza en los adolescentes, en cambio la velocidad es regular por que es uno de las capacidades físicas fundamentales que implica reacción en un tiempo posible ante un estímulo por la



misma rutina de juego diaria los adolescentes desarrollan de alguna u otra manera la velocidad.

- En cuanto al rendimiento técnico en el fútbol nos muestra en la recepción, el cual se detalla que el 41% de adolescentes se encuentran en un nivel de rendimiento técnico malo y el 0% de adolescentes se encuentran en un nivel de rendimiento técnico bueno, y el pase, el 43% de adolescentes se ubican en un nivel de rendimiento técnico bueno. Estos datos que se muestran nos indican que la recepción tiene un rendimiento malo por que en su proceso de asimilación requiere mayor trabajo práctico, técnico y una coordinación mutua entre el esquema corporal y el balón, sin embargo cabe explicar que el pase cumple un papel muy importante en la práctica del fútbol es por esa razón nos ayuda desplazar el balón de un lugar a otro así mismo se ejecuta en sistemas ofensivos y defensivos.

## RECOMENDACIONES.

La necesidad de atender, el consumo de bebidas alcohólicas en los adolescentes de 14 a 16 años de edad , es de gran de gran importancia, para explicar y consecuentemente impulsar en los adolescentes la toma de conciencia, orientado a tener una cultura ética sobre el consumo de bebidas alcohólicas y teniendo en cuenta no es conveniente consumir bebidas alcohólicas cuando un adolescente esta simultáneamente practicando el fútbol y por eso no tiene un buen rendimiento físico. Y también haremos conocer los efectos que tiene el consumo de bebidas alcohólicas frente al rendimiento físico de alguna manera beneficiara a los docentes de educación física, entrenadores, preparadores físicos y sociedad en general de la región de Apurímac.

## BIBLIOGRAFÍA.

ARJOL, J. (2000).Entrenamiento de la resistencia en el fútbol. I jornadas de actualización de *preparadores físicos*.

ALMELDA M. (1987) "la investigación de alcoholismo en el Perú en los últimos 30 años". En rev. Neuropsiquiatría. Tomo 1.

**ALVITES HERVAY; NORBERTO A. Y OTROS (1998)**, en su tesis “Realidad del fútbol en Abancay”. IPS. La Salle . Abancay – P ERU.

BILLAT, veronique (2002) “Fisiología y Metodología del Entrenamiento, Editorial paidotribo, Edición primera. Barcelona- ESPAÑA.

BORSARI, J. Roberto. (1999). “Fútbol del Salón”. CHILE

CANADI, Arpad. (2000). “El Fútbol”. HUNGRIA.

CANALES H., Francisca: (1994). “Metodología de la investigación Científica”, Editorial. Organización Panamericana de la Salud. 2da. Edición. Impresión 2000.

DICCIONARIO ENCICLOPEDICO ILUSTRADO “OCEANO UNO” Edición 1994. Editorial océano.

Gran Enciclopedia de los Deportes. (2003).

GUISADO DLAZ, Luís A. (1992). "Alcoholismo un problema familiar", España, Editorial. Planeta; 8va. Edición.

GRAN ENCICLOPEDIA DE DEPORTES (1999). Editorial cultural, Edición España.

**DR. MANUEL ALMELDA (1998)** "La Investigación de Alcoholismo en el Perú en los últimos 30 años". PERU.

HERNÁNDEZ SAMPIER, Roberto (2001). "Metodología de la investigación", Editorial. Interamericana, 3ra. Edición. México.

HORNA, Ricardina y PARIONA T, Sacarías. (1990). "Educación Física" 7ma Edición

**HUERTA , Santos (1999)**, "Influencia de La Familia y/o los Padres hacia el Consumo de Alcohol y la Percepción de Violencia en Adolescentes de Condición Socio Económica baja.

KENNEDY, Julio: (1930). "Problemas relacionados con el consumo de alcohol", México, Editorial. Sudamericana.

MADDEN, J. S.: (1996) "Alcoholismo y Fármaco dependencia", España, Editorial. Barcelona, Edición. 1ra.

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD., (1999).

PILA T, agosto (1985) "Preparación Física" tercer nivel 7ª edición, editorial agosto pila teleña, MADRID – ESPAÑA.

QUINTASI V, Ricardo (2005). "Educación Física" Cuzco- PERU

ROJAS C. Marcelo. (2003) "Manual de Investigación y Redacción Científica."

VASQUEZ, F. Santiago. (1995), "Fútbol Concepto de la Técnica" ESPAÑA.

**SILVA, Roberto (1987)** "Consumo de bebidas alcohólicas en estudiantes de secundaria sexo masculino de colegio Nacional Pedro A. Labarthe de Chiclayo". PERU.

INTERNET

[www.quedelibros.com](http://www.quedelibros.com)

<http://www.tesilaborados.com>

Brasil:<http://www.efdeporte.com/efd/idosose.htm>

[www.jugadoresdefutbol.es/nutricion-deportiva/el-alcohol-en-el-futbol](http://www.jugadoresdefutbol.es/nutricion-deportiva/el-alcohol-en-el-futbol)

[www.jugadoresdefutbol.es/nutricion-deportiva/el-alcohol-en-el-futbol](http://www.jugadoresdefutbol.es/nutricion-deportiva/el-alcohol-en-el-futbol)

[http://www.monografias.com/usuario/perfiles/matiasbellocq\\_powervt\\_com\\_a](http://www.monografias.com/usuario/perfiles/matiasbellocq_powervt_com_a)

[www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

**ANEXOS.**



TITULO: "Consumo de bebidas alcohólicas y rendimiento físico-técnico en el fútbol de los adolescentes de 14 a 16 años de edad en la institución educativa Miguel Grau de Abancay -2010

	FORMULACION DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGIAS
generales	Qué tipo de relación existe entre el Consumo de Bebidas Alcohólicas y el Rendimiento Físico en el Fútbol en los adolescentes de 14 a 16 años de la Institución Educativa Miguel Grau de Abancay, 2010	Determinar el tipo de relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y el rendimiento físico-técnico en el fútbol de los adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau, Abancay-2010	Existe una relación negativa entre el consumo de bebidas alcohólicas y el rendimiento físico-técnico en el fútbol en adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau Abancay, 2010				<p><b>Tipo de investigación</b> Básica</p> <p><b>Nivel de investigación</b> Correlación</p> <p><b>Diseño de investigación</b></p>
E 1	Existe relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y las cualidades motrices en el fútbol, en los adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau de Abancay	Determinar la relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y las cualidades motrices en el fútbol, en adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau de Abancay.	A mayor consumo de bebidas alcohólicas, menores cualidades motrices en el fútbol, en adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau Abancay, 2010	<p><b>VARIABLE INDEPEND.</b></p> <p>Consumo de bebidas alcohólicas</p>	Características del consumo	<p>-Tipo de bebidas</p> <p>-Frecuencia de consumo</p> <p>-Cantidad de consumo</p> <p>-Lugar de consumo</p> <p>-Motivos de consumo</p>	<p>Es relacional</p> <p><b>Método específico</b> No experimental Y observacional</p> <p><b>Instrumentos y técnicas</b> Encuesta y test</p>
E 2	¿Existe relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y los fundamentos del fútbol, en los adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau de Abancay?	Comprobar la relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y el dominio de los fundamentos del fútbol, en adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa Miguel Grau de Abancay.	A mayor consumo de bebidas alcohólicas, menor efectividad en los fundamentos del fútbol, en adolescentes de 14 a 16 años de la institución educativa	<p><b>VARIABLE DEPENDIENTE</b></p> <p>Rendimiento físico-técnico en el fútbol.</p>	<p>- Condición física</p> <p>- Cualidades motrices</p> <p>- Fundamentos básicos del fútbol.</p>	<p>-Relajación</p> <p>-Postura</p> <p>-Velocidad</p> <p>-Agilidad</p> <p>-Resistencia</p> <p>-Fuerza</p> <p>-Recepción</p> <p>-Conducción</p> <p>-Pases</p> <p>-Remate</p>	<p><b>Población</b> 300 de adolescentes</p> <p><b>Muestra</b> 100 adolescentes</p>



## CUESTIONARIO

### DATOS GENERALES:

Institución Educativa:.....  
Grado:.....  
Sección:.....  
Edad:.....

El presente cuestionario tiene por finalidad recoger información de consumo de bebidas alcohólicas de los adolescentes de 14 a 16 años en la institución Educativa Miguel Grau.

1.- ¿Qué tipos de bebidas consume Ud. con frecuencia?

- Te con caña
- Chicha de jora
- Cerveza
- Ron
- Otros (especifique).....

2.- Cada que tiempo consume Ud. bebidas alcohólicas?

- Diario
- Cada semana
- Cada fin de mes
- Semestral
- Otros (especifique).....

3.- ¿Qué cantidad de bebida alcohólica consume?

- Un vaso
- Una botella
- Un litro
- Una caja
- Otros (especifique).....

4.- ¿Donde Ud. Consume las bebidas alcohólicas?

- Casa
- Calle
- Colegio
- Barrio
- Otros (especifique).....

5.- ¿Por qué motivos consume bebidas alcohólicas?

- Problemas familiares
- Problemas personales
- Problemas económicos
- Problemas sociales
- Otros (especifique).....

6. ¿Consume Ud. bebida alcohólica hasta embriagarse?

- Siempre
- Algunas veces
- Nunca

7.- ¿Cuándo consume bebidas alcohólicas con quién lo hace?

- Familiares.
- Amigos
- Solo
- Otros (especifique).....



**FICHA DE EVALUACION**  
**PRUEBAS DE TÉCNICA DE FUTBOL**

Apellidos y nombres: .....

<b>Local:</b> Institución Educativa Miguel Grau de Abancay	<b>Lugar:</b> Campo deportivo	<b>Fecha:</b>	<b>Hora:</b>
--	-------------------------------	---------------	--------------

FUNDAMENTOS DEL FUTBOL	PRUEBAS TÉCNICAS DEL FUTBOL	VALORACION			
		Bueno	Regular	Aceptable	Deficiente
<b>CONDUCCION</b>	Conducción del balón en un cuadrado a una distancia de 20 metros	13"	13"01-14"	14"01-15"	15"01-16"
<b>RECEPCION</b>	Recepción del balón a una altura de 5-10 metros	16 repeticiones	14 repeticiones	12 repeticiones	10 repeticiones
<b>REMATE</b>	Remate se puede hacer desde un punto de penal o desde los 18 metros para adelante.	46-50 puntos	36-40 puntos	31-35 puntos	26-30 puntos
<b>PASE</b>	Pase desde una distancia de 20 metros, golpear el balón el cual deberá caer en un círculo que le dará un puntaje, se hará 10 tiros.	36-40 puntos	31-35 puntos	26-30 puntos	21-25 puntos

**PRUEBAS DE RENDIMIENTO FÍSICO EN EL FUTBOL**

CAPACIDADES FISICAS	PRUEBAS DE CAPACIDADES FISICAS	VALORACION					
		EXCELENTE	MUY BUENO	BUENO	ACEPTABLE	REGULAR	MALO
<b>VELOCIDAD</b>	Prueba de Velocidad de 50 metros	5"00 a 5"50 cm	5"51 a 6"00cm	6"61 a 6"60cm	6"61 a 7"00cm	7"01 a 7"60cm	Mas de 7"61cm
<b>AGILIDAD</b>	Agilidad sentarse y pararse	Mas de 52 repeticiones	42-52 repeticiones	38-41 repeticiones	31-34 repeticiones	25- 28 repeticiones	15-19 repeticiones
<b>RESISTENCIA</b>	Resistencia Test de Cooper	Mas de 3600 metros	3.401-3600 metros	3.201-3400 metros	3.001-3200 metros	2.801-3000metros	2.400-28000metros
<b>FUERZA</b>	Fuerza de Piernas golpear el balón de futbol estático	Mas de 55 metros	50-54 metros	44-48 metros	40-43 metros	35-38 metros	Menos de 38 metros