

COMO ABORDAR O TRABALLO FIN DE GRAO



Biblioteca de CC. do Deporte e a Educación Física
Novembro 2023

Normativa da Facultade de CC. do Deporte e a Educación Física

PUNTO 4

O alumnado presentará un documento escrito en calquera idioma oficial da UDC cunha extensión máxima de 75 páxinas (incluída bibliografía e táboas) escrito nunha linguaxe académica correcta e atendendo á estrutura indicada na presente Normativa.

O documento debe estar escrito en letra Times New Roman 12 puntos, interliñado sinxelo e xustificado a ambos lados, aplicando as Normas APA ou Vancouver para as referencias bibliográficas.

Normativa da Facultade de CC. do Deporte e a Educación Física

Punto 5 COMPETENCIAS

Dominio das fontes bibliográficas e de información.

Normativa da Facultade de CC. do Deporte e a Educación Física

PUNTO 7.1

Taller sobre escritura (exercicios de parafraseo), **referencias bibliográficas**
e normas APA ou Vancouver.

Normativa da Facultade de CC. do Deporte e a Educación Física

PUNTO 8

Bibliografía

Sexa cal sexa a tipoloxía do noso TFG,
temos que elaborar un marco teórico.

Todo tema de estudo require dun apoio teórico que o soporte.

Marco teórico

Análise e presentación das teorías que existen sobre o tema a investigar.

Mellor comezar polas teorías máis xerais, para despois profundizar nos detalles máis específicos do tema de estudo.



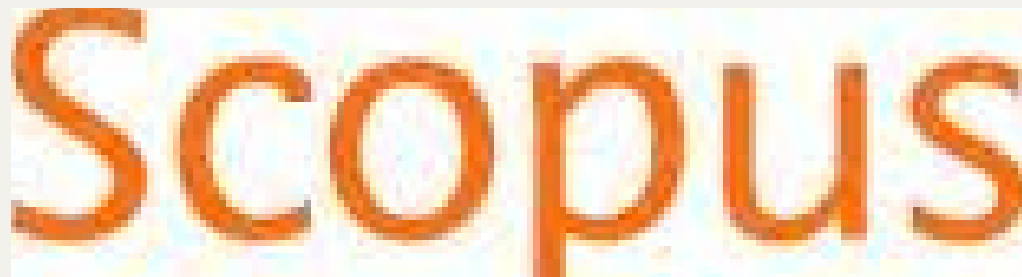
Onde busco os artigos científicos?? →

Nas **bases de dados**

 Dialnet

 Google Scholar

 Web of
Science
Group

 Scopus

 SPORTDiscus

CRUNIA

NOVO BUSCADOR
DA BIBLIOTECA DA BUDC



Video presentación



Biblioteca Universitaria

Buscador Crunia

Busca

Infoguía de Crunia

Videoguía rápida de uso

Libros electrónicos

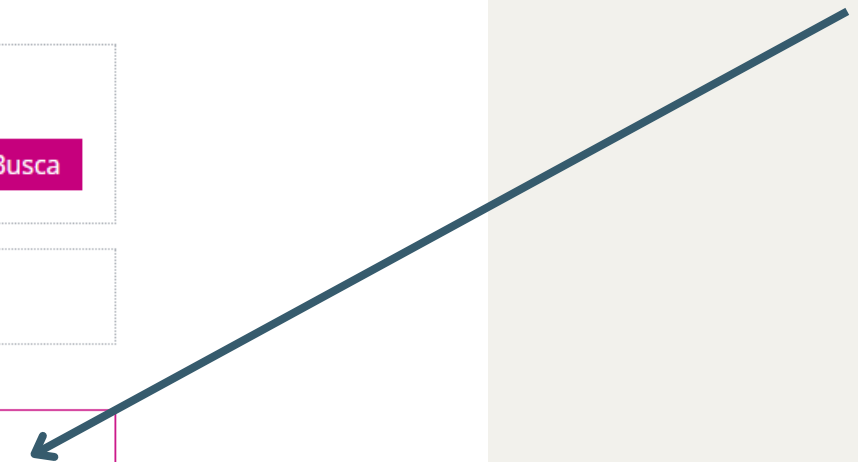
Revistas electrónicas

Bases de datos

Prensa dixital

Dialnet

Repositorio RUC



Bases de datos



Acceso desde fóra
do campus



Acceso institucional-
SIR



Guías e titoriais

ÍNDICE ALFABÉTICO:

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z

A

Academic Search Complete
Academic Video Online
AENORMás. Normas UNE
L'Année Philologique on the Internet
Aranzadi Instituciones
Ardán Galicia
Avery Index to Architectural Periodicals

B

Bloomsbury Fashion Central
Business Source Premier



CLASIFICACIÓN POR MATERIAS:

Multidisciplinares



Arquitectura e Enxeñaría



Ciencias



Ciencias da saúde



Ciencias Sociais



Humanidades



Que é o primeiro que temos que ter claro??

A nosa estratexia de busca

Con que temos que contar??



Ter moi claros os termos en castelán ou galego e traducilos ao inglés,
agás cando fagamos buscas en Dialnet e no Scholar.

Por que?

Porque imos interrogar productos/ferramentas ben
norteamericanas, ben británicas.

Exemplo de estratexia de busca

Termos na nosa lingua:

fútbol

ESO

Adolescencia

Xuventude

Metodoloxía

Método

Termos en inglés:

football

soccer

secondary school

secondary education

high school

adolescents

teenagers

young adults

methodology

methods

Sempre palabras con **sentido completo**, aquelas que pensemos que representan o tema do noso TFG.

Substantivos: fútbol,
biomecánica, nutrición,
adestramento, Educación
Secundaria, Adolescencia,
músculo, forza, fisioloxía, ...

Adxectivos, Adverbios, preposicións: alto,
grande, forte, lonxe, tarde, nunca, para, de,

por,...

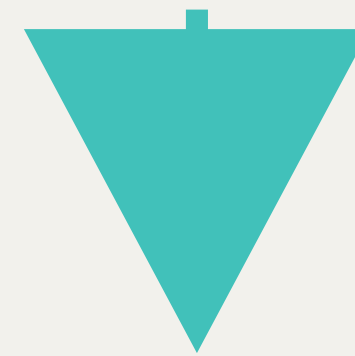


nunca

Operadores booleanos e outras axudas para buscar



AND, OR, NOT



Comiñas " ", paréntese (),
asterisco *

Football OR soccer

"Physical education" AND outdoor



Buscando: SPORTDiscus with Full Text | [Bases de datos](#)



Seleccione un campo (opcional) ▾

AND ▾ Seleccione un campo (opcional) ▾

AND ▾ Seleccione un campo (opcional) ▾

AND ▾ Seleccione un campo (opcional) ▾

Buscar Crear alerta Borrar ? + -

[Búsqueda básica](#) [Búsqueda avanzada](#) [Historial de búsqueda](#) ▶

purar los
ultados

queda actual ▾

oleano/Frase:

otball or soccer) AND
cundary school or sec
ary educat...

pliadores

car materias ☒
ivalentes

ar a ▾

exto completo

ay referencias
sponibles

on resumen en inglés

Fecha de publicación
Hasta: 2023

Resultados de la búsqueda: 1 a 50 de 138

Relevancia ▾ Opciones de página ▾ Compartir ▾

1. Knowledge, Attitude, and Concussion-Reporting Behaviors Among High School Athletes: A Preliminary Study.



Register-Mihalik, Johna K.; Guskiewicz, Kevin M.; McLeod, Tamara C. Valovich; Linnan, Laura A.; Mueller, Frederick O.; Marshall, Stephen W., Journal of Athletic Training (Allen Press) Sep/Oct2013, Vol. 48 Issue 5, p645 (English Abstract Available)

Materias: BRAIN concussion; EPIDEMIOLOGY; **FOOTBALL**; HEALTH attitudes; **HIGH school** athletes; RACKET games; SELF-evaluation; **SOCCER**; **ADOLESCENT** health; SYMPTOMS; NORTH Carolina; UNITED States; ATTITUDE testing; CHI-squared test; CONFIDENCE intervals; STATISTICAL correlation; POSTAL service; QUESTIONNAIRES; REGRESSION analysis; RESEARCH evaluation; RESEARCH funding; STATISTICAL sampling; SCALE analysis (Psychology); SURVEYS; DATA analysis; CONTINUING **education** units; CROSS-sectional **method**; HEALTH literacy; RESEARCH **methodology** evaluation; DESCRIPTIVE statistics; ADOLESCENCE

[Mostrar todas las 7 imágenes](#)



Referencias citadas: (34)

[Texto completo en PDF](#) (213KB)

2. Video Confirmation of Head Impact Sensor Data From High School Soccer Players.



Patton, Declan A.; Huber, Colin M.; McDonald, Catherine C.; Margulies, Susan S.; Master, Christina L.; Arbogast, Kristy B., American Journal of Sports Medicine Apr2020, Vol. 48 Issue 5, p1246 (English Abstract Available)

Materias: HEAD injury prevention; KINEMATICS; **SOCCER**; ALGORITHMS; COMPARATIVE studies; VIDEO recording; WEARABLE technology; DESCRIPTIVE statistics

[Texto completo en HTML](#) [Texto completo en PDF](#) (403KB)

DOCUMENTS

RESEARCHERS

Search in: All Databases

Collections: All

DOCUMENTS

CITED REFERENCES

Topic



Example: oil spill* mediterranean

soccer or football



And



Topic



Example: oil spill* mediterranean

methodolog* OR method*



And



Topic



Example: oil spill* mediterranean

secondary school OR High school OR secondary education



And



Topic



Example: oil spill* mediterranean

Adolescents OR teenager* OR young adult*



+ Add row

+ Add date range

Advanced search

x Clear

Search

1,139 results from All Databases for:

Analyze Results

Citation Report

Create Alert

🔍 soccer or football (Topic) and methodolog* OR method* (Topic) and secondary school OR High school OR secondary education (Topic) and Adolescents OR teenager* OR young adult* (Topic)

Search

Did you mean? soccer or football (Topic) and methodolog* OR method* (Topic) and secondary school OR High school OR secondary education (Topic) and Adolescents OR teenager* OR young adult* (Topic) | 1,158 results

+ Add Keywords

Quick add keywords:



+ CONCUSSION

+ HIGH SCHOOL ATHLETES

+ FOOTBALL AMERICAN

+ RECURRENT INJURY

+ SUBCONCUSSIVE IMPACTS

+ HIT SYSTEM



Publications

You may also like...

🔗 Copy query link

Refine results

Search within topic...



Quick Filters

☐ 📄 Review Article 85

☐ 🔓 Open Access 494

Publication Years ⓘ ▼

☐ 2023 36

☐ 2022 54

☐ 2021 84

☐ 0/1,139

Add To Marked List

Export ▼

Sort by: Relevance ▼



1

of 23



1

Comparative Analysis of Head Impact in Contact and Collision Sports

36

Citations



Reynolds, BB; Patrie, J; (...); Druzgal, TJ

Jan 1 2017 | JOURNAL OF NEUROTRAUMA 34 (1) , pp.38-49

As concerns about head impact in American football have grown, similar concerns have started to extend to other sports thought to experience less head impact, such as soccer and lacrosse. However, the amount of head impact experienced in soccer and lacrosse is relatively unknown, particularly compared with the substantial amount of data from football. This pilot study quantifies and compares he ... [Show more](#)



[Free Published Article From Repository](#) [Full Text at Publisher](#) ...

74

References

[Related records](#) ⓘ



2

Comparison of impact data in hockey, football, and soccer

145

Start exploring

Discover the most reliable, relevant, up-to-date research. All in one place.

Get familiar with new topics using Scopus AI

Documents

Authors

Researcher Discovery

Organizations

Scopus AI

Beta

Search tips

Search within

All fields

Search documents

football or soccer

AND

Search within

All fields

Search documents

adolescents or teenagers or young adults

AND

Search within

All fields

Search documents

methodology or methods

AND

Search within

All fields

Search documents

secondary school or secondary education or high school

Scopus

Search within

All fields

▼

Search documents *

football OR soccer

×

🗑️

AND

▼

Search within

All fields

▼

Search documents

adolescents OR teenagers OR "young adults"

×

🗑️

AND

▼

Search within

All fields

▼

Search documents

methodology OR methods

×

🗑️

AND

▼

Search within

All fields

▼

Search documents

"secondary school" OR "secondary education" OR "high school"

×

🗑️

Save search

Set search alert

+ Add search field

Reset

Search 🔍

Documents

Preprints

Patents

Secondary documents

Research data ↗️

12,120 documents found

Analyze results

Refine search

Search within results

Filters

Year

Range

Individual

☐ All

▼

Export

▼

Download

Citation overview

⋮ More

Show all abstracts

Sort by Relevance

▼

🔍

⋮

	Document title	Authors	Source	Year	Citation
☐ 1	Article • Open access Contemporary reflection on the educational levels of high-performance soccer players in Brazil	Santos-Silva, P.R., Greve, J.M.D.A., Silva, R.L.D., Spinola, M.M.	Einstein (Sao Paulo, Brazil), 21, pp. eAO0269	2023	
	<a>Show abstract <a>📄 Catalogo <a>↗️ View at Publisher				

Short Survey

☐ 2

Short Survey
 "The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of adolescents and young adults"

Google Académico

(soccer OR football) and (teenagers OR adolescents) AND (High school OR s

Artículos

Aproximadamente 143.000 resultados (0,14 s)

Mi perfil

Cualquier momento

Desde 2023

Desde 2022

Desde 2019

Intervalo específico...

Ordenar por relevancia

Ordenar por fecha

Cualquier idioma

Buscar solo páginas en español

Cualquier tipo

Artículos de revisión

☐ incluir patentes

☒ incluir citas

☒ Crear alerta

[HTML] Fruits, vegetables, and **football**: findings from focus groups with alternative **high school** students regarding eating and physical activity

MY Kubik, [L Lytle](#), [JA Fulkerson](#) - Journal of Adolescent Health, 2005 - Elsevier

... habits of **teenagers** attending alternative **high schools** (AHSs) warrant particular attention. ... of AHS **teenagers** by using a focus-group format. Focus groups are an effective **method** for ...

☆ Guardar [Citar](#) Citado por 160 Artículos relacionados Las 7 versiones

[HTML] Heavy episodic drinking and **soccer** practice among **high school** students in Brazil: the contextual aspects of this relationship

[A Bedendo](#), [ES Opaleye](#), [ALM Andrade](#), [AR Noto](#) - BMC Public Health, 2013 - Springer

... The **process** generated a final sample ... **adolescents** who were at **high schools**. Thus, our data should not be extrapolated to 14,7% of **adolescents** aged 15 and 17 that were not at **school** [...]

☆ Guardar [Citar](#) Citado por 52 Artículos relacionados Las 24 versiones [»»](#)

Quantification of internal and external load in **school football** according to gender and teaching **methodology**

[JM García-Ceberino](#), [A Antúñez](#), [S Feu](#)... - International Journal of ..., 2020 - mdpi.com

... influenced by the **level** (or by the practice of out-of-**school football**) of ... TGAS program practiced **football** in an out of **school** context, ... Disrupting hegemonic masculinity in **high school** rugby ...

☆ Guardar [Citar](#) Citado por 52 Artículos relacionados Las 7 versiones [»»](#)

[HTML] Sport participation and injury rates in **high school** students: A Canadian survey of 2029 **adolescents**

[AM Black](#), DW Meeuwisse, [PH Eliason](#), BE Hagel... - Journal of safety ..., 2021 - Elsevier

... For example, 100% of community **level** Australian **football** ... in epidemiology and mixed **methods** research in the Faculty ... management and **education**, injury surveillance **methodology**, ...

☆ Guardar [Citar](#) Citado por 45 Artículos relacionados Las 5 versiones

Epidemiology of lower extremity injuries among US **high school** athletes

WG Fernandez, EE Yard... - Academic emergency ..., 2007 - Wiley Online Library

... **Methods**: Via two-stage sampling, 100 US **high schools** were ... of sportsrelated injuries among **adolescents** and young adults ... In a comparison of ten **high school** sports, **football** had the ...

☆ Guardar [Citar](#) Citado por 426 Artículos relacionados Las 7 versiones

[HTML] Factors associated with US adults' willingness to allow **teenagers** to play

...

[HTML] sciencedirect.com

Catálogo Crunia

[HTML] springer.com

Full View

[PDF] mdpi.com

Full View

[HTML] sciencedirect.com

Catálogo Crunia

[PDF] wiley.com

Catálogo Crunia

[HTML] plos.org



Cualquier momento

Desde 2023

Desde 2022

Desde 2019

Intervalo específico...

Ordenar por relevancia

Ordenar por fecha

Cualquier idioma

Buscar solo páginas en español

Cualquier tipo

Artículos de revisión

☐ incluir patentes

☒ incluir citas

Crear alerta

[HTML] Indicadores aplicados a la visión dominante de la masculinidad por **adolescentes de educación secundaria**: la importancia del «deber ser» hombre

M Ceballos Fernández - Última década, 2012 - SciELO Chile

... A partir del empleo de una **metodología** cualitativa, apoyada en grupos de discusión y ... de **fútbol**, en plan Cristiano Ronaldo, alguno de estos, entonces ser masculino es todo **eso**, ...

☆ Guardar Citar Citado por 59 Artículos relacionados Las 33 versiones

[HTML] scielo.cl
Catálogo Crunia

Sentimientos de los **adolescentes** frente al aislamiento social por la COVID-19 desde la **metodología** fenomenológica

SCH.Gutiérrez, ST Muñoz... - Revista Cubana de ..., 2020 - revenfermeria.sld.cu

... Schütz; el escenario fue la vivienda de los **adolescentes** en la Región Amazonas-Perú, durante el mes de junio del 2020. La muestra fueron 22 **adolescentes** con vínculo familiar de los ...

☆ Guardar Citar Citado por 26 Artículos relacionados Las 2 versiones

[PDF] sld.cu

Revisión sistemática: análisis de la **metodología** actualizada del **fútbol**.

A Muñoz González, MÁ ORTEGA ZAYAS - zaguan.unizar.es

... integral o completo para una persona, así como especificar las características y capacidades, del grupo de edad en el que se encuadra el presente estudio: la **adolescencia**. ...

☆ Guardar Citar Artículos relacionados

[PDF] unizar.es

... DE INTERVENCIÓN DEL **MÉTODO** INTEGRAL DE ENTRENAMIENTO EN EL DESEMPEÑO DE JUGADORES DE **FUTBOL ADOLESCENTES** PRE–JUVENILES (13 ...

MR ECHEVERRY, JLV RIVERA... - ... EDUCACIÓN ..., 2020 - investigaciones.uniatlantico.edu.co

... técnico –táctica del **fútbol** a través del **método** científico se ... **fútbol**, así como su desarrollo a través del **método** integral de entrenamiento, para cumplir con este propósito la **metodología** ...

☆ Guardar Citar Artículos relacionados

[PDF] uniatlantico.edu.co

[PDF] REVISIÓN SISTEMÁTICA: ANÁLISIS DE LA **METODOLOGÍA** ACTUALIZADA DEL **FÚTBOL**. A SISTEMATYC REVIEW: ANALYSIS OF UPDATED **SOCCER** ...

AM González - zaguan.unizar.es

... integral o completo para una persona, así como especificar las características y capacidades, del grupo de edad en el que se encuadra el presente estudio: la **adolescencia**. ...

☆ Guardar Citar Artículos relacionados

[PDF] unizar.es

El modelo de responsabilidad personal y social a través del deporte como ...

[PDF] educacion.gob.es

Buscar documentos

futbol AND "educacion secundaria" AND metodología

Buscar

Filtros

Tipo de documento

- Tese (6)
- Artigo de revista (3)

Textos completos

- Si (7)
- Non (2)

Materias

- Psicoloxía e educación (5)
- Economía e empresa (3)
- Humanidades (1)

Rango de anos

- 2020 - 2029 (2)
- 2010 - 2019 (6)
- 2000 - 2009 (1)

Editores

- Asociación Española de Deportes Colectivos, ASEDECO (1)
- Tulio Guterman (1)
- Universidade Federal do Rio Grande do Sul (1)
- efdeportes.com (1)
- Ningún (6)

Idiomas

- español (8)
- portugués (1)

Descritores

- educación física (4)
- metodología (2)

9 documentos atopados

Relevancia 20

Motivación del alumnado de segundo ciclo de educación secundaria de la comarca de la vega alta de granada, en educación física escolar y en las actividades físico-deportivas extraescolares
María Benjumea
Tese de doutoramento dirixida por Juan Torres Guerrero (codir. tes.), Juan Palomares Cuadros (codir. tes.), María del Mar Cepero González (codir. tes.). Universidad de Granada (2011).
Resumo | Tesis en acceso abierto en: DIGIBUG Redined

Habilidades específicas en balonmano y fútbol sala: Una estructura de programación de aula y su seguimiento en alumnos de 14 años
Emilio J. Martínez López
Lecturas: Educación física y deportes, ISSN-e 1514-3465, N°. 86, 2005
Resumo | Texto completo

Evaluación de las creencias hacia el deporte y el fútbol en alumnos de secundaria
Ferran Calabuig Moreno, Rafael Aranda Malavés, Juan Mercé Cervera, Luis T. Ródenas Cuenca
Revista Internacional de Deportes Colectivos, ISSN-e 1989-841X, N°. 21, 2015, páxs. 1-13
Resumo | Texto completo

A experiéncia do sport education nas aulas de Educação Física: utilizando o modelo de ensino em uma unidade didática de futsal
Tairone Girardon de Vargas, Maríndia Mattos Morisso, Fernando Jaime González, Rosalvo Luis Sawitzki
Movimento: revista da Escola de Educação Física, ISSN 0104-754X, Vol. 24, N°. 3, 2018, páxs. 735-748
Resumo | Texto completo

Transmisión y adquisición de valores y actitudes a través del bloque de contenidos de juegos y deportes en el alumnado de segundo ciclo de Secundaria de la comarca de Estepa
Rosa María Martínez Pérez
Tese de doutoramento dirixida por Francisco Javier Rojas Ruiz (dir. tes.), Juan Torres Guerrero (codir. tes.), María del Mar Cepero González (codir. tes.). Universidad de Granada (2012).



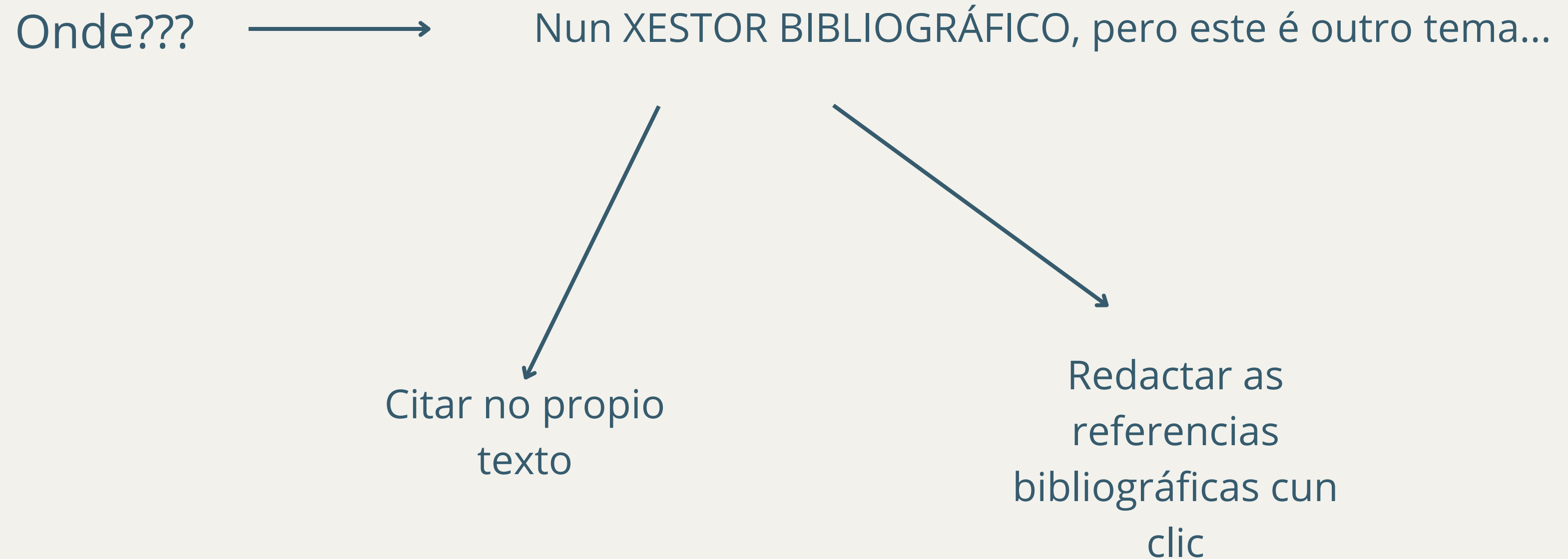
Entrar

Esqueceu o seu contrasinal?

¿Es nuevo? Regístrese
Vantaxes de rexistrarse

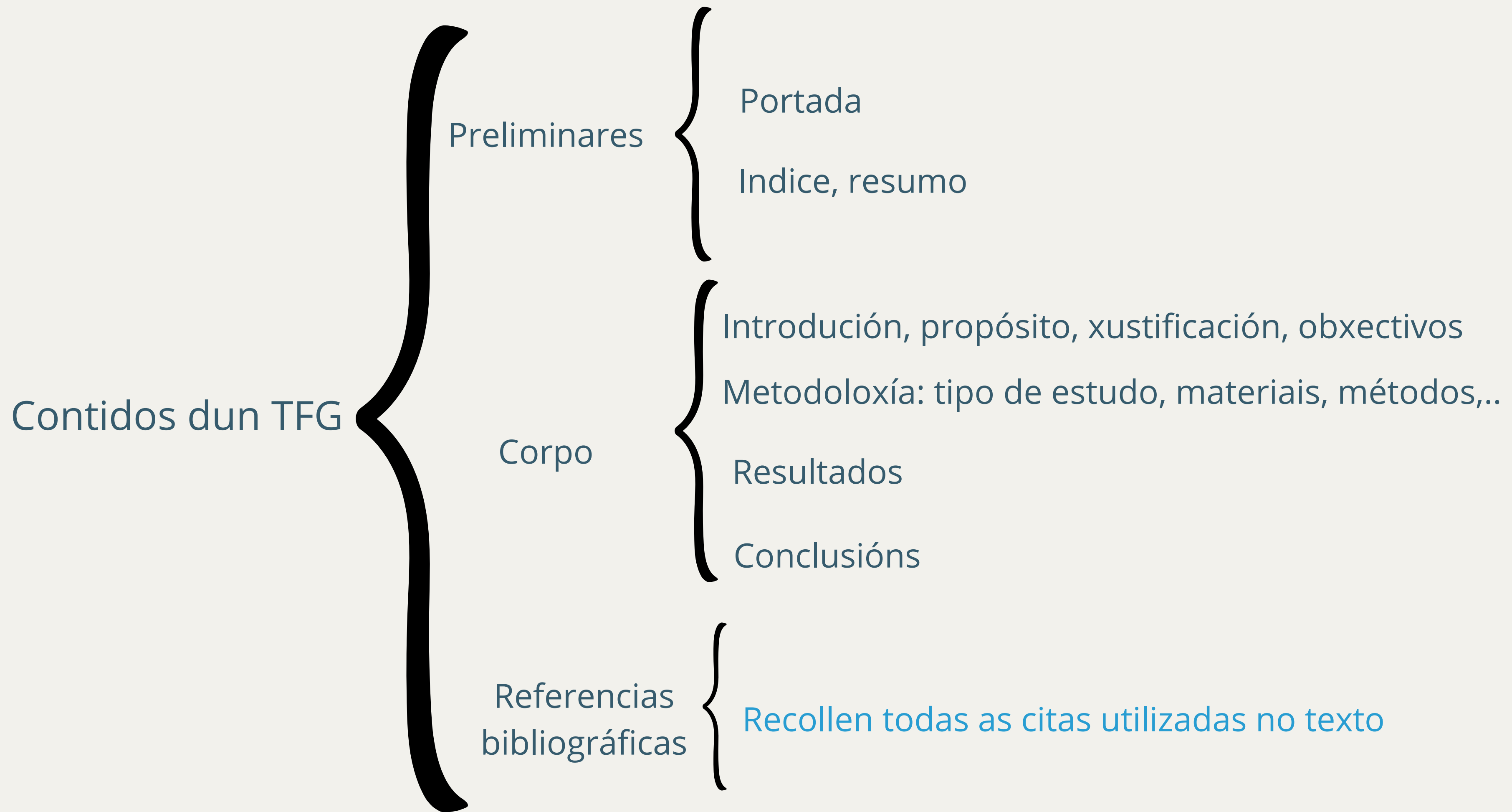
Selección

Unha vez que temos seleccionados os artigos que imos ler, debemos gardalos.





Estrutura dun Traballo Fin de Grao



Temos que distinguir entre cita e referencia bibliográfica

Unha cita é unha mención a un texto, idea ou frase allea, unha forma de referencia breve que vai xusto ao lado do texto có que se relaciona. Poñemos unha cita cada vez que expoñemos ideas doutras persoas. A súa función é darlle sustento ao argumentado no noso traballo.

Referencias bibliográficas ➡ Recollen todas as citas utilizadas no noso traballo.

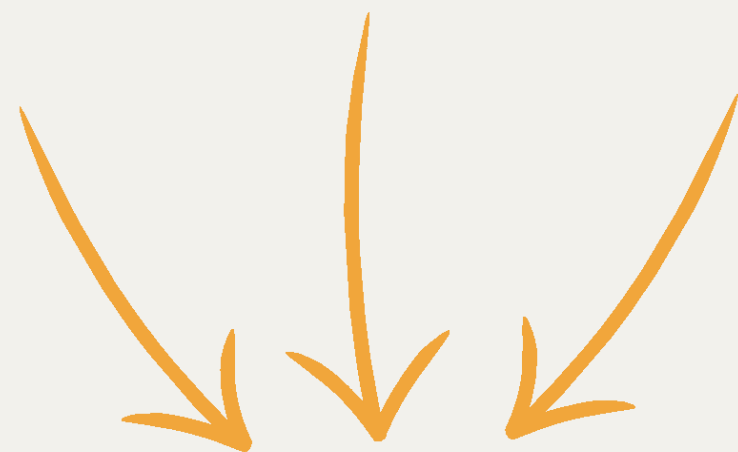
Exemplo de cita e a súa correspondente referencia bibliográfica

As discrepancias entre a prestación de servizos e as comunicacións externas, poden afectar á percepción que ten a clientela sobre a calidade do servizo (Valarie, 2019, p. 176)

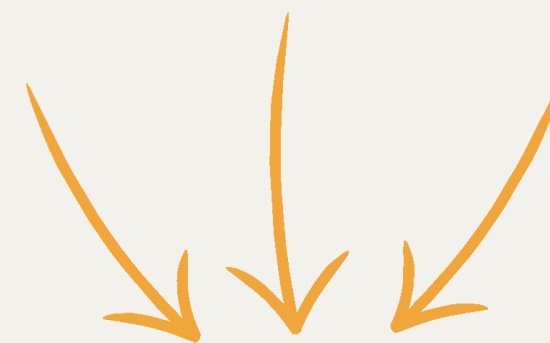
Referencia bibliográfica:

Valarie, A. [Amaya] (2019). Calidade total na xestión de servizos. *European Journal of Quality*, 213(5), 176-182

Según indica a **Normativa do TFG da Facultade**, podedes utilizar 2 **estilos de citas**:



Ciencias Sociais:
estilo APA (7ª edición)



Ciencias da Saúde:
estilo Vancouver ou Uniform

Por que debemos citar.

- 1.Recoñécese o mérito das autoras e autores consultados para realizar o noso traballo.
2. Refórzase a credibilidade da investigación.
3. Evítase caer no plaxio.
- 4.Posibilitamos que quen le o noso traballo poida consultar, de primeira man, os documentos que se mencionan.
5. Citamos por unha cuestión de ética.

Debemos citar todos os documentos que utilicemos
para realizar o noso traballo,
artigos de revistas, blogs, fotografías, webs, videos,
capítulos de libros, gráficos,....

Na web da Biblioteca de CC do Deporte e a Educación Física, tedes unha guía de
APA, 7ª edición.

<https://www.udc.es/es/biblioteca.cienciasdodeporte/formacion/paxina1/>

Veríades que o estilo APA utiliza a inicial do nome de pía da autora ou autor da obra.



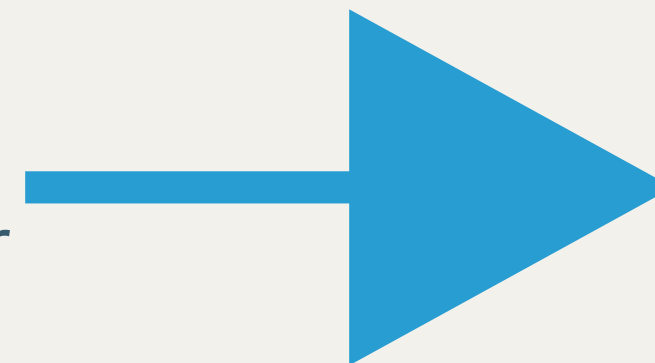
López, A.
Arranz, F.

Pero podemos utilizar a forma desenvolvida e así identificar se é muller ou home.



López, A. [Amaya]
Arranz, A. [Alberto]

Por que? Por xustiza, porque a Ciencia sempre estivo masculinizada, é hora de que aflore o traballo feito por mulleres.



Citación xusta.
OPCIONAL

CITACIÓN XUSTA



8M 2023 Equip[a] de Igualdade da Biblioteca da UDC

Citación xusta para favorecermos a de-
construción da epistemoloxía dominante
na elaboración das citas bibliográficas

- Aumentarmos o número de autoras e persoas excluídas ao longo do tempo nos nosos traballos.
- Utilizarmos estilos de citas que inclúan o nome completo do autor ou autora: Chicago, MLA ou ISO.
- Utilizarmos a adaptación de APA e Vancouver realizada pola UOC.

2021- UOC (Biblioteca)

Adaptación dos estilos APA e Vancouver [nome desenvolto]. Visto e praxe da APA (adaptacións independentes, non para utilización en revistas científicas). <https://goo.su/sHMoUUK>



2021- Female Empowerment Maastricht University

UM Citation Guide. Estilo mellor valorado: Chicago. <https://goo.su/WIPWtKP>



2020 - APA

7ª edición das normas APA: "We encourage writers, instructors, departments, and academic institutions using APA Style outside of the journal publication context to adapt APA Style to fit their needs." (Publication manual of the American Psychological Association, 2020, p.10)

2019 - Universidade da Coruña

II Plan de Igualdade da UDC: "Establecer nas normativas de publicación da universidade que o formato de citacións e referencias bibliográficas académicas contemplen o nome completo da autora o autor (estilo Chicago ou similares) co fin de visibilizar ás mulleres autoras" (Eixo 2, p.11) <https://goo.su/7cyh3Kj>



2018 - APA no seu blog

indica que, no caso de coincidencia de apelidos e inicial do nome, é posíbel utilizar os corchetes para indicar o nome de pía. <https://goo.su/58RKxf>



2017 - Universitat Jaume I

Biblioteca + Servizo de Publicacións (BM): as publicacións da UJI deben levar referencias bibliográficas co nome desenvolto. Promoven o estilo Chicago.

2004 - APA

Resolución do 28 de xullo sobre cultura e conciencia de xénero na psicoloxía internacional (2004), onde se establece que a APA "amparará as políticas públicas que apoien os cambios globais destinados á xeración de relacións igualitarias e á eliminación de prácticas e condicións que resulten opresivas para as mulleres." <https://goo.su/bY5Bm7>



Equip[a] de Igualdade Biblioteca Universitaria



Redacción do TFG

Consellos:

.O texto debe ser claro, conciso e lexible.

.Recoméndase utilizar sempre o tempo presente.

.Frases curtas

.Vocabulario técnico

Onde atopar TFG????



No RUC da UDC

Unha especie de depósito (ordenado) de documentos científicos producidos dentro da Universidade, teses, artigos, TFGs, TFMs....

CRUNIA

PARA BUSCAR DUNHA VEZ EN...

Recursos
FÍSICOS

Libros
Revistas
Audiovisuais

Recursos
EN LIÑA

e-Libros
e-Revistas
Bases de datos

Repositorio
RUC

Teses
Artigos PDI
TFG/ TFM

Biblioteca Universitaria

Buscador Crunia

Busca

Infoguía de Crunia

Videoguía rápida de uso

Libros electrónicos

Revistas electrónicas

Bases de datos

Prensa dixital

Dialnet

Repositorio RUC



Repositorio da UDC

RUC, o repositorio institucional da UDC, ofrece acceso aberto ao texto completo de documentos creados polos membros da UDC no seu labor de investigación e docencia. O seu obxectivo é dar maior visibilidade a estas publicacións e asegurar a súa preservación e accesibilidade.

RUC está xestionado polo Servizo de Biblioteca Universitaria. Pode poñerse en contacto cos responsables no enderezo ruc@udc.es



Investigación



Publicacións
UDC



Coleccións
especiais



Traballos
académicos



Docencia

Todo RUC

Comunidades e coleccións

Por data de publicación

Autores

Títulos

Materias

Acceder

Rexistro

Ver Estatísticas de uso

UDC

Cómo depositar

Políticas do RUC

FAQ

Dereitos de Autor

Máis información en INFOguías
UDC

4. Traballos académicos

Listar por

Por data de publicación

Autores

Títulos

Materias

Buscar nesta comunidade e nas súas coleccións:

Subcomunidades nesta comunidade

[Traballos de fin de grao \[5685\]](#)

[Traballos de fin de mestrado \[1279\]](#)

Envíos recentes



☒ Buscar en RUC

☐ Esta comunidade

Listar

Todo RUC

Comunidades e coleccións

Por data de publicación

Autores

Títulos

Materias

Esta comunidade

TRABAJO FIN DE GRADO

¿Cuál es el efecto de la fatiga mental sobre el rendimiento en deportes de resistencia? Una revisión sistemática.

Cal é o efecto da fatiga mental sobre o rendemento nos deportes de resistencia? Unha revisión sistemática.

What is the effect of mental fatigue on performance in endurance sports? A systematic review.

Autora: Irene Mera González

Tutor académico: Gonzalo José Márquez Sánchez

ÍNDICE

RESUMEN 2

ABSTRACT..... 3

MOTIVACIÓN/JUSTIFICACIÓN 4

INTRODUCCIÓN..... 5

OBJETIVOS..... 6

METODOLOGÍA 6

 Fuentes de datos y estrategias de búsqueda 6

 Selección de estudios y criterios de elegibilidad 7

Tabla 1. Criterios PICOS utilizados en la presente revisión sistemática 7

 Variables principales y complementarias..... 8

 Criterios de exclusión 9

 Extracción y síntesis de los datos 9

 Evaluación de la calidad 9

Criterios escala PEDro..... 9

RESULTADOS 11

 Resultados de búsqueda 11

Ilustración 1. Diagrama de flujo PRISMA..... 11

 Resultados de la evaluación de la calidad 11

Tabla 2. Análisis sobre la calidad metodológica de los estudios incluidos 12

 Características de los/as participantes y los estudios 12

Tabla 3. Síntesis cualitativa de los estudios incluidos en la revisión bibliográfica..... 14

 Principales protocolos utilizados para inducir fatiga mental..... 26

 Resultados de las pruebas de tiempo hasta la extenuación 27

 Resultados de las pruebas contrarreloj 27

 Resultados de pruebas de carácter intermitente 28

DISCUSIÓN 29

CONCLUSIÓN..... 30

APLICACIÓN PRÁCTICA 31

DESEMPEÑO Y DESARROLLO PROFESIONAL: adquisición de competencias 31

Tabla 4. Competencias TFG..... 31

AGRADECIMIENTOS 34

BIBLIOGRAFÍA 35

ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS

Tabla 1. Criterios PICOS utilizados en la presente revisión sistemática 7

Tabla 2. Análisis sobre la calidad metodológica de los estudios incluidos..... 12

Tabla 3. Síntesis cualitativa de los estudios incluidos en la revisión bibliográfica..... 14

Tabla 4. Competencias TFG 31

Ilustración 1. Diagrama de flujo PRISMA 11

RESUMEN

Introducción: En la última década han aparecido una serie de estudios que han demostrado que la fatiga mental puede afectar no sólo al rendimiento cognitivo si no también al rendimiento físico. A pesar de que actualmente, no existe un consenso entre los diferentes tipos de pruebas de rendimiento en resistencia de los estudios, los resultados obtenidos parecen apuntar que las tareas mentalmente fatigosas tienen un efecto negativo sobre el rendimiento.

Objetivos: El principal objetivo es revisar la literatura existente acerca de los efectos de la fatiga mental en el rendimiento físico específicamente en tareas de resistencia basadas en una serie de criterios de inclusión y crear una visión general del potencial de los factores subyacentes.

Metodología: Se llevó a cabo una búsqueda sistemática en la literatura existente hasta el 31 de marzo de 2022 en las bases de datos online Web Of Science, PubMed y Scopus con la siguiente estrategia de búsqueda: ("fatiga mental" o "fatiga cognitiva") y ("ejercicio físico" o "resistencia" y "tiempo hasta la extenuación" o "contrarreloj" o "carrera" o "ciclismo"). Se incluyeron ensayos clínicos aleatorizados y controlados. Se analizó la calidad metodológica de los artículos mediante la escala PEDro. Además, se realizó una síntesis cualitativa de los mismos para determinar los efectos de la fatiga mental sobre el rendimiento en pruebas de resistencia. De forma secundaria, se analizó los efectos de la fatiga mental sobre variables fisiológicas, tales como la función cardiovascular o la percepción del esfuerzo, asociadas al rendimiento en las pruebas de resistencia anteriormente descritas.

Resultados: En la síntesis cualitativa de la presente revisión sistemática se incluyeron un total de 27 artículos (29 intervenciones). Los resultados obtenidos muestran que la calidad metodológica de las intervenciones analizadas es alta (rango 6-8 puntos de 10 posibles). Un 86% de las intervenciones analizadas encuentran que la fatiga mental deterioró el rendimiento en la prueba de resistencia en comparación con una condición control (sin fatiga mental). Además, el análisis realizado muestra que la fatiga mental inducida previamente tiende a incrementar la percepción subjetiva del esfuerzo, sin que se observen alteraciones significativas en la frecuencia cardíaca o concentración de lactato sanguíneo.

Conclusiones: La fatiga mental inducida por una tarea cognitiva exigente previa, produce un deterioro del rendimiento posterior en pruebas de resistencia. Además, en cierta medida, este deterioro de la máxima capacidad para soportar esfuerzos prolongados en condiciones de fatiga mental está vinculado a un incremento en la percepción subjetiva del esfuerzo (RPE). Por otra parte, la gran mayoría de los estudios analizados no muestran diferencias significativas en variables fisiológicas tales como FC o La, a pesar de un empeoramiento del rendimiento físico, lo que señala un incremento en el estrés fisiológico de los/as sujetos que han sido sometidos previamente a una carga cognitiva exigente previa a la realización de las pruebas físicas correspondientes a cada uno de los estudios.

Palabras clave: fatiga mental, fatiga cognitiva, rendimiento físico, resistencia, tiempo hasta la extenuación, contrarreloj, carrera, ciclismo.

ABSTRACT

Introduction: In the last decade, a series of studies have appeared that have shown that mental fatigue can affect not only cognitive performance but also physical performance. Although there is currently no consensus between the different types of endurance performance tests in the studies, the results obtained seem to indicate that mentally fatiguing tasks have a negative effect on performance.

Objectives: The main objective is to review the existing literature on the effects of mental fatigue on physical performance specifically in endurance tasks based on a series of inclusion criteria and to create an overview of the potential underlying factors.

Method: A systematic search of the existing literature was carried out up to March 31, 2022 in the online databases Web of Science, PubMed and Scopus with the following search strategy: ("mental fatigue" or "cognitive fatigue") and ("physical exercise" or "endurance" and "time to exhaustion" or "time trial" or "running" or "cycling"). Randomized controlled clinical trials were included. The methodological quality of the articles was analyzed using the PEDro scale. In addition, a qualitative synthesis of them was carried out to determine the effects of mental fatigue on performance in endurance tests. Secondly, the effects of mental fatigue on physiological variables, such as cardiovascular function or perception of effort, associated with performance in the endurance tests described above were analyzed.

Results: A total of 27 articles (20 interventions) were included in the qualitative synthesis of this systematic review. The results obtained show that the methodological quality of the interventions analyzed is high (range 6-8 points out of 10 possible) 86% of the interventions analyzed found that mental fatigue impaired performance in the endurance test compared to a control condition (without mental fatigue). In addition, the analysis carried out shows that previously induced mental fatigue tends to increase the subjective perception of effort, without significant changes in heart rate or blood lactate concentration being observed.

Conclusion: Mental fatigue induced by a prior demanding cognitive task leads to subsequent performance impairment on endurance tests. In addition, to a certain extent, this deterioration of the maximum capacity to withstand prolonged efforts under conditions of mental fatigue is linked to an increase in the subjective perception of exertion (RPE). On the other hand, the vast majority of the studies analyzed do not show significant differences in physiological variables such as FC or La, despite a worsening of physical performance, which indicates an increase in the physiological stress of the subjects who have been previously subjected to a demanding cognitive load prior to carrying out the physical tests corresponding to each of the studies.

Key words: mental fatigue, cognitive fatigue, physical performance, endurance, time to exhaustion, time trial, running, cycling.

BIBLIOGRAFÍA

Barzegarpoor, H., Amoozi, H., Rajabi, H., Button, D., & Fayazmilani, R. (2020). The Effects of Performing Mental Exertion during Cycling Exercise on Fatigue Indices. *INTERNATIONAL JOURNAL OF SPORTS MEDICINE*, 41(12), 846–857. <https://doi.org/10.1055/a-1179-8326>

Boksem, M. A. S., & Tops, M. (2008). Mental fatigue: Costs and benefits. *Brain Research Reviews*, 59(1), 125–139. <https://doi.org/10.1016/j.brainresrev.2008.07.001>

Brown, D. M. Y., & Bray, S. R. (2019). Effects of Mental Fatigue on Exercise Intentions and Behavior. *ANNALS OF BEHAVIORAL MEDICINE*, 53(5), 405–414. <https://doi.org/10.1093/abm/kay052>

Brownsberger, J., Edwards, A., Crowther, R., & Cottrell, D. (2013). Impact of Mental Fatigue on Self-paced Exercise. *INTERNATIONAL JOURNAL OF SPORTS MEDICINE*, 34(12), 1029–1036. <https://doi.org/10.1055/s-0033-1343402>

Filipas, L., Borghi, S., la Torre, A., & Smith, M. R. (2021). Effects of mental fatigue on soccer-specific performance in young players. *Science and Medicine in Football*, 5(2), 150–157. <https://doi.org/10.1080/24733938.2020.1823012>

Filipas, L., Gallo, G., Pollastri, L., & Torre, A. L. (2019). Mental fatigue impairs time trial performance in sub-elite under 23 cyclists. *PLoS ONE*, 14(6). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0218405>

Filipas, L., Martin, K., Northey, J. M., la Torre, A., Keegan, R., & Rattray, B. (2020). A 4-week endurance training program improves tolerance to mental exertion in untrained individuals. *JOURNAL OF SCIENCE AND MEDICINE IN SPORT*, 23(12), 1215–1219. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2020.04.020>

Filipas, L., Mottola, F., Tagliabue, G., & la Torre, A. (2018). The effect of mentally demanding cognitive tasks on rowing performance in young athletes. *PSYCHOLOGY OF SPORT AND EXERCISE*, 39, 52–62. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.08.002>

Greco, G., Tambolini, R., Ambruosi, P., & Fischetti, F. (2017). Negative effects of smartphone use on physical and technical performance of young footballers. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(4), 2495–2501. <https://doi.org/10.7752/jpes.2017.04280>

Lam, H. K. N., Middleton, H., & Phillips, S. M. (2021). The effect of self-selected music on endurance running capacity and performance in a mentally fatigued state. *Journal of Human Sport and*

IMPORTANTE!!!

AUTORIZACIÓN PARA SUBIR AO RUC O VOSO TFG

ANEXO ---

AUTORIZACIÓN DO/A AUTOR/A DO TRABALLO FIN DE GRAO PARA O DEPÓSITO NO REPOSITORIO INSTITUCIONAL DA UDC (RUC)

Don/Dona ----- --con DNI/Pasaporte nº -----, enderezo electrónico----- , e domicilio en -----, autor/a do traballo fin de grao (en adiante TFG)

Título:

Apelidos e nome do/a titor/a:

Data de presentación:

Declaro: PRIMEIRO.- Que, en condición de autor/a do TFG, correspóndenme de forma exclusiva os dereitos de propiedade intelectual sobre os seus contidos e que esta obra é orixinal e non infrinxe ningún dereito de terceiros, sexa a propiedade industrial, a propiedade intelectual, o segredo comercial ou calquera outro.

SEGUNDO.- Que ten constancia de que o regulamento do TFG da titulación de Grao en

Ciencias

do Deporte e da Actividade Física establece que os TFG seleccionados polas comisións académicas serán publicados no RUC da UDC o que implica que se farán públicos en Internet.

[] **Autorizo:** Que o meu TFG, no caso de que sexa seleccionado, se publique no RUC con esta licenza (elixir unha):

[] Todos os dereitos reservados: autorízase a súa difusión no RUC de forma non exclusiva. OU opcionalmente con Algúns dereitos reservados baixo unha licenza Creative Commons

[] CC BY-NC-ND. Permite a reprodución total ou parcial e a comunicación pública da obra con recoñecemento da autoría. Non se permite o uso comercial nin a creación de obras derivadas..

[] CC BY. Permite a reprodución total ou parcial, a distribución, a comunicación pública da obra e a creación de obras derivadas, incluso con finalidade comercial. Obriga ao recoñecemento da autoría.

[] CC BY-NC. Permite a creación de obras derivadas, con recoñecemento de autoría e sen fin comercial

[] CC BY-NC-SA. Permite a creación de obras derivadas, con recoñecemento de autoría e sen fin comercial, coa obriga de licenciar as novas creacións baixo as mesmas condicións.

[] CC BY-SA. Permite o uso comercial da obra e das posibles obras derivadas, con recoñecemento de autoría e a obriga de licenciar as novas creacións baixo as mesmas condicións.

[] CC BY-ND. Esta licenza permite o uso comercial con recoñecemento de autoría, pero non a creación de obras derivadas.

[] Non autorizo

E para que quede constancia asino o presente documento no lugar e na data que a seguir se indican.

Oleiros, de ----- de 20--



SUSTENTABILIDADE

UDC

DESENVOLVEMENTO

UDC

IGUALDADE DE XÉNERO

UDC

EN GALEGO

UDC

PAVIMENTOS CONTINUOS

Asociación de pavimentos continuos

EMALCSA

Emalcsa

PREMIOS MELLOR PFG

Consello Xeral Arquitectura Técnica

VEGALSA- EROSKI

Cátedra Vegalsa-Eroski y UDC

EXCELENCIA ACADÉMICA

UDC

PREMIOS E AXUDAS
PARA TFG E TFM

- Premios dirixidos a TFG e TFM que mellor integraron as dimensión de sostenibilidade nos proxectos.
[P. Sustentabilidade UDC](#)
- Premios dirixidos a TFG e TFM en cooperación co desenvolvemento sostible.
[P. Desenvolvemento UDC](#)
- Premios dirixidos a TFG e TFM que inclúan a perspectiva de xénero para contribuír, promover e dar a coñecer.
[P. Igualdade de Xénero UDC](#)
- Axudas dirixidas a PFG, PFM e teses de doutoramento que redacten e defendan os seus proxectos en galego.
[Axudas proxectos en Galego](#)
- Premios dirixidos a TFG, TFM y teses de doutoramento que realicen proxectos relacionados con pavimentos continuos.
[P. Pavimentos Continuos](#)
- Premios dirixidos a PFG y PFM con temática de sistema de aguas urbanas.
[P. Emalcsa](#)
- Premios dirixidos a todos los PFG.
[P. PFG Con. Xen. Arq. Técnica](#)
- Premios dirigidos a TFM de Galicia que contemplen temáticas de criterios ambientais, sociais y gubernamentais.
[P. Cátedra Vegalsa-Eroski](#)
- Premio dirigido al alumnado de grado universitario oficial que obtuviera las mejores

Convocatoria de axudas á investigación en lingua galega 2023



22/03/23 9:15

Teses de doutoramento, traballos de fin de grao e traballos de fin de mestrado

Convocatoria correspondente ao ano 2023, ao abeiro do convenio de colaboración entre a Universidade da Coruña e a Consellería de Cultura, Educación, Formación Profesional e Universidades para actuacións en materia de normalización lingüística, cuxo obxectivo é incentivar o emprego da lingua galega en tarefas investigadoras.

Persoas destinatarias

Alumnado da UDC que **xa redactara e defendera** o seu traballo de investigación en lingua galega. Concretamente esta convocatoria abrangue:

- os traballos que se defenderon desde o 31/10/2022 ata a data de publicación desta convocatoria e que non concorren á anterior.
- os traballos que se vaian defender desde a data de publicación desta convocatoria ata o 31/10/2023.

Axudas

Todas as persoas interesadas en redactaren e defenderen o seu traballo de investigación en lingua galega poderán contar coa asesoramento lingüístico do SNL, que resolverá as dúbidas lingüísticas ou terminolóxicas que se lle presenten ou ben realizará unha revisión total ou parcial dos traballos.

A contía da axuda económica é:

- 400 euros para as teses de doutoramento
- 150 euros para os traballos de fin de grao de programas de simultaneidade (no caso de que os dous se defendan en lingua galega)
- 100 euros para os traballos de fin de mestrado, traballos de fin de grao

Documentación

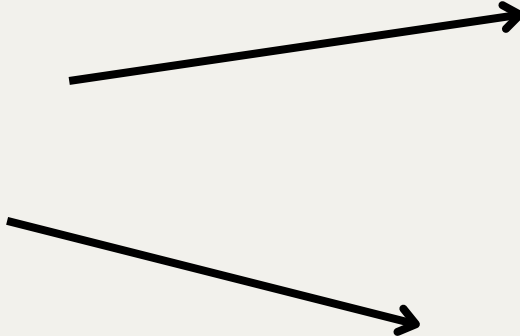
Para acceder ás axudas, o alumnado ten que realizar os seguintes pasos:

1. Caso de que a Universidade non dispoña deles, achegar os seus datos bancarios a través do formulario de xestión de terceiros dispoñible na [Sede Electrónica da UDC](#).
2. Obter unha [declaración do/a director/a do seu traballo](#), que deberá asinar dixitalmente a través do Portafirmas da UDC, en que se faga constar



MOITAS GRAZAS POLA VOSA ATENCIÓN

Para máis información, contactade con nós en



Na propia Biblioteca

Nos correos electrónicos:
biblioteca.inef@udc.es
c.gonzalez.novoa@udc.es