

La especialización temprana en los deportes, ¿es un factor considerado por los tenistas Brasileños?

Caio Cortela (BRA), Roberto Klering (BRA), Gabriel Gonçalves (BRA), Silvio Souza (BRA) y Carlos Balbinotti (BRA)

ITF Coaching and Sport Science Review 2016; 70 (24): 22-24

RESUMEN

Este artículo comenta, a la luz de la especialización temprana en los deportes, algunas razones probables por las cuales Brasil cuenta con tenistas sobresalientes en el nivel junior, pero no consigue el mismo rendimiento en el clasificación profesional cuando se compara con países con resultados similares en la categoría ITFJC.

Palabras clave: Tenis, desarrollo del deportista a largo plazo, especialización temprana

Recibido: 18 Mayo 2016

Aceptado: 16 Julio 2016

Autor correspondiente:

Caio Cortela

Correo electrónico:

capacitacao@fpt.com.br

INTRODUCCIÓN

La clasificación alcanzada por los tenistas del Circuito Juniors de la Federación Internacional de Tenis (ITFJC) se considera una herramienta importante para predecir resultados en el circuito profesional. Brasil se destaca, desde hace años, por ser uno de los países con mayor número de tenistas exitosos en este circuito, igualando a algunas de las principales potencias tenísticas mundiales, como Argentina, Estados Unidos y Francia (Reid y cols., 2007). Mediante un breve análisis de la clasificación masculina del ITFJC, se puede observar que Brasil tuvo entre 2005 y 2015, 10 tenistas entre los 10 mejores de ITFJC, dos de los cuales encabezaban el clasificación y seis de ellos estaban entre los mejores 5.

No obstante, a diferencia de lo que se ha observado en otros países, el éxito brasileño en ITFJC, no se traduce en gran cantidad de tenistas exitosos en el circuito profesional. Mientras Argentina, Francia y los Estados Unidos emergen como potencias en los clasificaciones individuales de la ATP, con 8, 12 y 8 tenistas, respectivamente entre los 100 mejores de la ATP, Brasil sólo cuenta con dos jugadores en esta clasificación (consultada el 3 de julio de 2016).

Es sabido que el éxito en el tenis profesional tiene un origen multi- factor. Luego de una revisión de la literatura sobre el tema, Crespo y colegas (2003) informan que la formación de tenistas elite se ve afectada por varios factores entre los cuales se destacan algunos: la tradición deportiva en el país, las oportunidades competitivas, las condiciones de entrenamiento, la calidad de las infraestructuras, el clima, el nivel y formación de los entrenadores, el acceso a clubes y canchas, y la presencia de jugadores elite, quienes servirán de modelo de rol.

Sin pretender agotar el tema, y aceptando la escasez de los estudios sobre tenis en Brasil (Cortela y cols., 2016), este estudio comenta de qué modo el contexto específico brasileño, con respecto al sistema competitivo y al entrenamiento,

podrían influir en el desarrollo de los jugadores brasileños durante las etapas de formación deportiva.

EL SISTEMA DE ENTRENAMIENTO Y COMPETITIVO; CONSIDERACIONES SOBRE LOS TENISTAS BRASILEÑOS

Muchos estudios muestran la existencia de problemas en el sistema de entrenamiento (Balbinotti y cols. (2004; 2005; Brandão y cols., 2015; Cortela y cols., 2012; Pacharoni; Massa, 2012) y en la participación de los tenistas brasileños en las competiciones (Arena; Böhme, 2001; Cafruni y cols., 2006; Cortela y cols., 2011), pues presentan evidencia de especialización temprana. Según Balyi (2005), la especialización temprana en el deporte tiene lugar cuando los sistemas de entrenamiento y competición no respetan la maduración ni las etapas de desarrollo del niño, ni la ventana óptima de entrenabilidad de las capacidades de coordinación o acondicionamiento. Por lo tanto, se aplican cargas excesivas de entrenamiento para especializarse en un rango limitado de movimientos, que proporcionen al jugador resultados competitivos a corto plazo.



Debido a sus especificidades, para Barbanti y Tricoli (2004), los deportes individuales se caracterizan generalmente por la preparación unilateral y la especialización temprana. Sin

embargo, el tenis se caracteriza por ser un deporte de especialización tardía (Balyi, 2005; Tennis Canada, 2011), o sea, en el caso de los jugadores jóvenes, el énfasis suele ponerse en el desarrollo general de las destrezas motrices y técnico-tácticas fundamentales. Para Balyi (2005), la especialización temprana en deportes con estas características podría ser causa de abandono o probabilidad de lesiones, entre otros factores que limitan el desarrollo de la carrera deportiva.

En este escenario, Balbinotti y cols. (2004; 2005) indican que la etapa de desarrollo deportivo de los tenistas debe estar marcada por la construcción de recursos necesarios para el futuro alto rendimiento y debe darse de modo diversificado y equilibrado. El período entre los 9 y los 12 años es de gran importancia; se lo considera óptimo para el entrenamiento y el aprendizaje de todas las técnicas básicas y avanzadas. Estas técnicas deben redefinirse durante la próxima etapa del proceso de desarrollo del deportista a largo plazo, contribuyendo de este modo al desarrollo de un estilo de juego completo de toda la cancha. Tras haber consolidado estas capacidades debe comenzar el proceso de especialización, a fin de establecer el estilo individual y los patrones de juego (Balyi, 2005; Tennis Canada, 2011).

No obstante, entre los tenistas brasileños la obsesión por los resultados en las competiciones parece afectar negativamente este proceso. En su estudio de los jugadores brasileños entre los 500 mejores de la ATP, Cafruni y cols. (2006) identificaron que un 69% de la muestra logró resultados sobresalientes (los mejores 10 de la clasificación nacional). Según Arena y Böhme (2001), para lograr buenos resultados en las competiciones nacionales, dado el nivel competitivo, los jugadores necesitan por lo menos uno o dos años de entrenamiento específico. Esto significa que los deportistas estarían iniciando su especialización en este deporte a la edad media de entre siete y nueve años, lo cual, según Bompá (2002) y Balyi (2005) afecta a la carga del entrenamiento esencial para construir los recursos necesarios para el alto rendimiento futuro.

La situación es alarmante pues impacta directamente sobre el estilo y patrón de juego adoptados por el tenista. Durante las etapas de desarrollo temprano, los jugadores que se especializan en golpear pelotas altas tras la línea de fondo pueden ganar torneos importantes. La velocidad de juego más baja en este período permite que un tenista puramente defensivo logre buenos resultados en las competiciones (Fernández, 2007).



Así, debido a la inmadurez técnica y a la incapacidad de generar potencia y/o precisión con tiros consistentes, muchos tenistas dejan de jugar tiros ofensivos, tratando de provocar a su adversario a cometer errores no forzados, sin arriesgar. Estos jugadores terminan ganando muchos partidos utilizando un juego de fondo consistente y cometiendo pocos errores. Sin embargo, se sabe que los resultados en el tenis de alto rendimiento están dados por la eficiencia en la ejecución de los

Golpes Definitivos (GD), caracterizados por la potencia y la precisión en su ejecución. Debido a su alto nivel de dificultad, estos tiros deben entrenarse desde las etapas iniciales de formación para alcanzar la madurez y la capacidad de ejecutarlos de manera consistente (Balbinotti y cols., 2005).

De este modo, se comprueba que las sesiones de entrenamiento de los tenistas brasileños, durante la etapa de formación, se han interrumpido para prestar atención a estas especificidades del contexto competitivo. Por lo tanto, se observa mayor frecuencia de Golpes de Preparación (GP), caracterizados por el control y la regularidad, en lugar del entrenamiento de los GD (Balbinotti y cols., 2004; 2005, Brandão y cols., 2015), esenciales para el futuro éxito en el tenis. Según Balbinotti y cols. (2004; 2005), en una etapa en la cual el entrenamiento debe ser planificado de manera diversificada y equilibrada, una frecuencia de entrenamiento desproporcionada de un grupo de tiros específico es, claramente, un signo de especialización técnico/ táctica temprana, que debe evitarse.



Aunque no es el objetivo de este artículo, una conducta similar se observó entre las tenistas y también una discrepancia aún mayor entre las frecuencias de entrenamiento de GP y GD. Según Balbinotti y cols. (2004), esta podría ser una de las causas posibles del alto índice de fracaso de las tenistas brasileñas en el circuito profesional, comparado con los varones, ya que el entrenamiento insuficiente de

GD causa incapacidad de generar potencia y precisión, causando dificultad a la hora de competir a la velocidad impuesta por la adversaria. Es notable que Brasil no tenga ninguna tenista entre las 100 mejores de la WTA desde hace más de 20 años.

El liderazgo incorrecto y la planificación deficiente del entrenamiento son otros de los problemas encontrados en el desarrollo de tenistas brasileños, relacionados con la inexistencia de un modelo de referencia nacional y la aplicación de modelos de formación deportiva durante la etapa de desarrollo. En su estudio de tenistas profesionales brasileños, Pacharoni y Massa (2012) observaron que las rutinas de entrenamiento solamente se planificaban cuando los jugadores ya habían mostrado potencial para llegar al nivel profesional. Se comprobó que en etapas importantes de desarrollo del deportista, como el aprendizaje y la consolidación de los golpes básicos y avanzados, y el desarrollo de un estilo de juego para toda la cancha se organizaban en base al empirismo del entrenador. Esto corrobora parcialmente los resultados de Balbinotti y cols. (2004) quienes afirman que no existen diferencias en los volúmenes de entrenamiento de los tenistas brasileños a través de los años, pues los jugadores menores (de 13 años), trabajaban con cargas de entrenamiento superiores que jugadores mayores (de 16 años).

CONCLUSIONES

Como se mencionó, es importante contar con un patrón de referencia. Un patrón que rompa con los paradigmas existentes en el contexto brasileño y que realmente prepare a los jóvenes tenistas para el nivel competitivo, y no sólo para el ITFJC. Por lo tanto, es necesario que las prácticas y el entrenamiento competitivo busquen patrones de juego más ofensivos tan pronto como los jugadores hayan logrado tener los patrones de juego y las técnicas básicas bajo control. Así, los jugadores lograrán familiarizarse antes con el modelo actual predominante en el tenis profesional, teniendo más horas de entrenamiento de patrones de juego más agresivos, comprendiendo la importancia de tomar la iniciativa en el punto en la mayor medida posible, imponiéndose durante todo el partido.

REFERENCIAS

- Arena, S. S. & Böhme, M. T. S. (2001). Programas de iniciação e especialização esportiva na grande São Paulo. *Revista Paulista de Educação Física*. 14(2), 184-195.
- Balbinotti, M. A. A., Balbinotti, C. A. A., Marques, A. T., Gaya, A. C. A. (2004). O treino técnico-desportivo de jovens tenistas brasileiros. *Revista Brasileira de Ciência do Esporte*. 18(3), 51- 72.
- Balbinotti, M. A. A., Balbinotti, C. A. A., Marques, A. T., Gaya, A. C. A. (2005). Estudo descritivo do inventário do treino técnico- desportivo do tenista: resultados parciais segundo o 'ranking'. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*. 5(1), 49-58. <https://doi.org/10.5628/rpcd.05.01.49>
- Balyi, I. (2005). Long-term Athlete Development. *Canadian Sport for Life*. Disponível em: <<http://www.ltad.ca/Content/Resources%20and%20Downloads/Downloads.asp>>. Acesso em: 04/12/2007.
- Barbanti, V. & Tricoli, V. (2004). A formação desportiva. In: A Gaya, A Marques & G Tani (organizadores). *Desporto para crianças e jovens: Razões e finalidades*. Porto Alegre, UFRGS editora, 199- 215.
- Bompa, T. O. (2002). *Treinamento total: para jovens campeões*. Barueri, Manole.
- Brandão, M. N., Cortela, C. C., Aburachid, L. M., Balbinotti, C. A. A. & Coelho e Silva, M. J (2015). A trajetória de tenistas infantojuvenis: idade de iniciação, treinamento técnico, cargas, lesões e suporte parental. *Rev. Educ. Fis/UEM*. 26(1),31-42. <https://doi.org/10.4025/reveducfis.v26i1.24547>
- Cafruni, C. & Marques, A., Gaya, A. (2006). Análise da carreira desportiva de atletas das regiões sul e sudeste do Brasil. Estudo dos resultados desportivos nas etapas de formação. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*. 6(1), 55-64. <https://doi.org/10.5628/rpcd.06.01.55>
- Cortela, C. C., Nascimento, R. J.; Kist, C. & Rocha, D. N. (2011). A carga de treinamento e competição dos tenistas infantis paranaenses: um estudo comparativo sobre tenistas com diferentes níveis de desempenhos máximos. *Revista Eletrônica FAFIT/FACIC*. 2(1), 1-13. <https://doi.org/10.5216/rpp.v13i3.9653>
- Cortela, C. C., Silva, M. J. C., Fuentes, J. P. G. & Rocha, D. N. (2012) Resultados esportivos no escalão júnior e

desempenhos obtidos na etapa de rendimentos máximos: Uma análise sobre a carreira dos tenistas Top 100. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, 11(1), 125-133.

- Cortela, C. C., Gonçalves, G. H. T., Klering, R. T., Balbinotti, C. A. A. (2016). O "estado da arte" das publicações sobre tênis em periódicos nacionais. *Coleção Pesquisa em Educação Física*, 15(2), 143-151.
- Crespo, M., Reid, M., Miley, D. & Atienza, F. (2003). The relationship between professional tournament structure on the national level and success in men's professional tennis. *Journal of Science and Medicine in Sport*. 6(1), 3-13. [https://doi.org/10.1016/S1440-2440\(03\)80003-8](https://doi.org/10.1016/S1440-2440(03)80003-8)
- Fernandéz, A. L. (2007). Estudio de la progresión de los semifinalistas de los campeonatos de españa de categoría infantil disputados entre los años 1988 y 1992. Disponível em: <http://www.itftennis.com/shared/medialibrary/pdf/original/IO_29399_original.PDF>. Acesso em: 04/02/2008.
- Pacharoni, R. & Massa, M. (2012). Processo de formação de tenistas talentosos. *Motriz*. 18(2), p.253-261. <https://doi.org/10.1590/S1980-65742012000200005>
- Tennis Canada (2011). Long term athlete development plan for the sport of tennis in Canada. Disponível em: <<http://www.tenniscanada.com/misc/LTADallenglish.pdf>>. Acesso em: 28 abr. 2011
- Reid M, Crespo M, Santilli L, Miley D & Dimmock J (2007). The importance of the International Tennis Federation's junior boys'circuit in the development of professional tennis players. *Journal of Sports Sciences*, 25(6), 667-672. <https://doi.org/10.1080/02640410600811932>

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)



Derechos de Autor (c) Caio Cortela, Roberto Klering, Gabriel Gonçalves, Sílvio Souza and Carlos Balbinotti 2016



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Usted es libre para Compartir —copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato— y Adaptar el documento —remezclar, transformar y crear a partir del material— para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla la condición de: Atribución: Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra.

[Resumen de licencia](#) - [Textocompletodela licencia](#)