



PENSAR EN MOVIMIENTO: Revista de Ciencias del
Ejercicio y la Salud

ISSN: 1409-0724

ISSN: 1659-4436

pensarenmovimiento.eefd@ucr.ac.cr

Universidad de Costa Rica

Costa Rica

Arias Oviedo, Gabriela María; Castillo Hernández, Isaura; Jiménez Díaz, Judith

**Base de datos para Efecto agudo de las bebidas
energéticas en el rendimiento anaeróbico: un metaanálisis**

PENSAR EN MOVIMIENTO: Revista de Ciencias
del Ejercicio y la Salud, vol. 18, núm. 1, 2020, -Junio

Universidad de Costa Rica

Costa Rica

DOI: <https://doi.org/10.15517/pensarmov.v18i1.42433>

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=442061637025>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

 redalyc.org

Sistema de Información Científica Redalyc

Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso
abierto

EFFECTO AGUDO DE LAS BE

Gabriela Ma

Doi del a

Doi de esta

[Creative C](#)

Referencia	Características de la muestra					
	Edad	Peso	Estatura	Sexo	Cantidad de sujetos por sexo	
	Promedio (años)	Promedio (kg)	Promedio (cm)	Fem=1 Masc=2 Ambos=3	Hombres	Mujeres
Abian et al., 2015	25,4	71,8	174,1	2	NA	NA
Abian et al., 2015				2	NA	NA
Abian-Vicen et al., 2014	14,9	73,4	182,3	2	NA	NA
Abian-Vicen et al., 2014				2	NA	NA
Alamdari et al., 2007	22,34	76,37	181,26	2	NA	NA
Alamdari et al., 2007				2	NA	NA
Astorino y Matera, 2012	19,5	63,4	168,4	1	NA	NA
Astorino y Matera, 2012				1	NA	NA
Astorino y Matera, 2012				1	NA	NA
Carvajal y Moncada, 2005	20,2	68	175	2	NA	NA
Carvajal y Moncada, 2005				2	NA	NA
Del Coso et al., 2014	21,8	79,6	180	2	NA	NA
Del Coso et al., 2014				2	NA	NA
Del Coso et al., 2014				2	NA	NA
Del Coso et al., 2013	23	66	166	1	NA	NA
Del Coso et al., 2013				1	NA	NA
Del Coso, Muñoz-Fernández et al., 2011	21	67	173	2	NA	NA
Del Coso, Muñoz-Fernández et al., 2012				2	NA	NA
Del Coso, Salinero et al, 2012	30	69	173	3	9	3
Del Coso, Salinero et al, 2012				3	9	3
Forbes et al., 2007	24	NR	NR	3	11	4

Gallo et al., 2015	16,36	65,2	174,4	3	10	4
Gwacham y Wagner, 2012	19,7	100,3	184,9	2	NA	NA
Gwacham y Wagner, 2012				2	NA	NA
Gwacham y Wagner, 2012				2	NA	NA
Gwacham y Wagner, 2012				2	NA	NA
Gwacham y Wagner, 2012				2	NA	NA
Gwacham y Wagner, 2012				2	NA	NA
Lara et al., 2015	20,2	73,9	183	2	NA	NA
Lara et al., 2015				2	NA	NA
Lara et al., 2015				2	NA	NA
Lara et al., 2015				2	NA	NA
Lara et al., 2014	21	57,8	161	1	NA	NA
Lara et al., 2014				1	NA	NA
Pérez et al., 2015	25,2	64,4	174	1	NA	NA
Pérez et al., 2015				1	NA	NA
Pérez et al., 2015				1	NA	NA

Nota: NR = No reporta; NA = No Aplica

Esta base de datos corresponde a la obra

DEBIDAS ENERGÉTICAS EN EL RENDIMIENTO ANAERÓBICO: UN METAANÁLISIS

María Arias Oviedo, Isaura Castillo Hernández y Judith Jiménez Díaz

Artículo original: <https://doi.org/10.15517/pensarmov.v17i2.31769>

La base de datos: <https://doi.org/10.15517/pensarmov.v18i1.42433>

Esta obra está bajo una licencia

[Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](#)



Muestra	Calidad del estudio	Tiempo de abstinencia de ejercicio extenuante	Tiempo de abstinencia de cafeína	Tiempo entre ingesta y ejercicio	Estandarización de desayuno	Tiempo entre desayuno y la prueba
N total	puntaje	Horas	Horas	Minutos	No = 0 Si = 1	Minutos
16	5	NR	48	60	0	NA
	5	NR	48	60	0	NA
16	4	24	48	60	0	NA
	4	24	48	60	0	NA
30	5	24	24	40	1	40
	5	24	24	40	1	40
15	4	24	48	60	0	NA
	4	24	48	60	0	NA
	4	24	48	60	0	NA
20	5	24	24	30	1	NR
	5	24	24	30	1	NR
15	4	24	NR	60	0	NA
	4	24	NR	60	0	NA
	4	24	NR	60	0	NA
16	4	NR	48	60	1	NR
	4	NR	48	60	1	NR
19	5	24	48	60	0	NA
	5	24	48	60	0	NA
12	5	24	48	60	0	NA
	5	24	48	60	0	NA
15	5	24	48	60	0	NA

14	5	24		60	1	3 horas
20	4	NR	24	60	1	NA
	4	NR	24	60	1	NA
	4	NR	24	60	1	NA
	4	NR	24	60	1	NA
	4	NR	24	60	1	NA
	4	NR	24	60	1	NA
	4	NR	24	60	1	NA
14	5	24		60	1	NR
	5	24		60	1	NR
	5	24		60	1	NR
	5	24		60	1	NR
18	4	24	48	60	0	NA
	4	24	48	60	0	NA
13	5	24		60	0	NA
	5	24		60	0	NA
	5	24		60	0	NA

Variables Moderadoras				
Tiempo entre sesiones	Tipo de población	Cantidad de CAF/kg	Prueba	Prueba
días	Atletas=1 Físicamente activos=2 Sedentarios=3 Estudiantes=4	mg.kg	Salto=1 Sprint=2 Otro=3	
7	1	3	1	1 Squat Jump
7	1	3	1	1 SCM
7	1	3	1	1 SCM
7	1	3	1	1 (15" saltos)
4	1	NR	2	2 (400m)
4	1	NR	2	2 (400m)
NR	4	1,3	2	2 (3 series) segundos
NR	4	1,3	2	2 (3 series) segundos
NR	4	1,3	2	2 (3 series) segundos
4	1	NR	1	1 Salto de longitud
4	1	NR	2	2 (100m) segundos
7	2	3	1	1 Squat Jump
7	2	3	1	1 SCM
7	2	3	1	1 (15" saltos)
NR	2	3	1	1 (15" saltos)
NR	2	3	2	2 (6x30m) km/h
7	1	3	1	1 (15" saltos)
7	1	3	2	2 (7x30m) km/h
2	2	1	1	1 Half-squat
2	2	3	1	1 Half-squat
7	2	2	3	wingate

7	1	3	2	2 (8x15m) km/h
7	1	NR	2	2 (2x6x35m) kg•m ² /s ³ .
7	1	NR	2	2 (2x6x35m) kg•m ² /s ³ .
7	1	NR	2	2 (2x6x35m) kg•m ² /s ³ .
7	1	NR	2	2 (2x6x35m) kg•m ² /s ³ .
7	1	NR	2	2 (2x6x35m) kg•m ² /s ³ .
7	1	NR	2	2 (2x6x35m) kg•m ² /s ³ .
7	1	NR	2	2 (2x6x35m) kg•m ² /s ³ .
7	1	3	1	1 SCM cm
7	1	3	2	2 (50m natación) segundos
7	1	3	2	45seg maximos en ergómetro) W
7	1	3	3	Salida de potencia (W/kg)
7	1	3	1	1 SCM
7	1	3	2	2 (7x30m) km/h
7	1	3	1	1 Block Jump
7	1	3	1	1 Squat Jump
7	1	3	1	1 SCM

<i>experimental</i>			<i>control</i>		
<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>n</i>
55,4	7,2	16	52,4	6,6	16
56,1	7,4	16	54,2	6,9	16
53,9	5	16	53,8	5,5	16
51,4	5,7	16	49,4	4,6	16
1,37	7,39	30	0,35	7,61	30
1,39	7,79	30	0,35	7,61	30
11,33	0,59	15	11,34	0,53	15
11,29	0,6	15	11,29	0,52	15
11,3	0,53	15	11,43	0,62	15
2,24	0,17	20	2,18	0,14	20
13,15	0,57	20	13,15	0,57	20
53,4	5,5	15	51,6	7,5	15
52,7	5	15	51,4	5	15
303	65	15	295	67	15
25,6	11,8	16	23,5	10,1	16
25	1,7	16	25	1,5	16
61,8	7,3	19	59,5	6,9	19
26,3	1,8	19	25,6	2,1	19
2549	161	12	2554	167	12
2726	166	12	2554	167	12
701	124	15	700	132	15

22,9	2,1	14	22,3	2	14
926,3	155,4	20	917,7	137	20
729,4	133,1	20	739	98,7	20
586,4	122,1	20	576	139,4	20
492,1	108,8	20	476,5	100	20
425,4	85	20	402,4	96	20
381,7	87,7	20	387,7	101,1	20
50,9	5,2	14	49,4	5,3	14
27,45	3,21	14	27,77	3,43	14
303	49	14	273	55	14
28,3	3,3	14	27,9	3,4	14
43	5,2	18	42,2	4,5	18
25,6	1,4	18	25	1,4	18
50,7	6,1	13	46,6	6,4	13
47,6	4,9	13	46,4	4	13
46,9	5	13	46,2	5,1	13