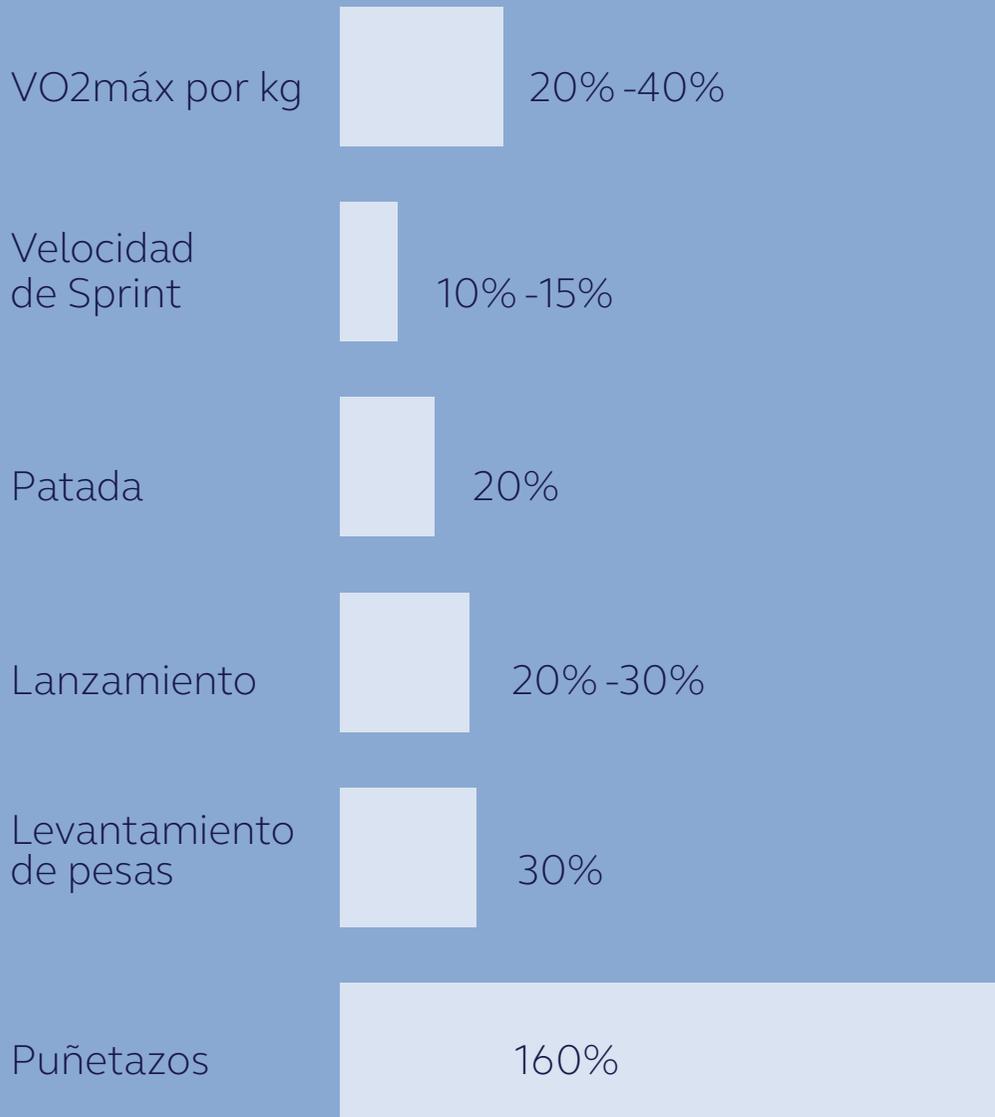




RESUMEN DE BIOLOGÍA TRANSGÉNERO E INVESTIGACIÓN DE RENDIMIENTOS

Información para talleres en: <https://playerwelfare.worldrugby.org/?subsection=84>

RANGO DE RENDIMIENTOS DE HOMBRES Y MUJERES



Las diferencias de rendimiento entre hombres y mujeres biológicos varían entre el **10% y el 160%**.

Estas diferencias son consecuencia de la biología. Los hombres tienen **mayor masa muscular, un área de sección muscular transversal mayor**, palancas más largas (esqueleto diferente), menos masa grasa, mayor rigidez de tendones y mayor capacidad cardiovascular (corazón y pulmones más grandes, más hemoglobina)



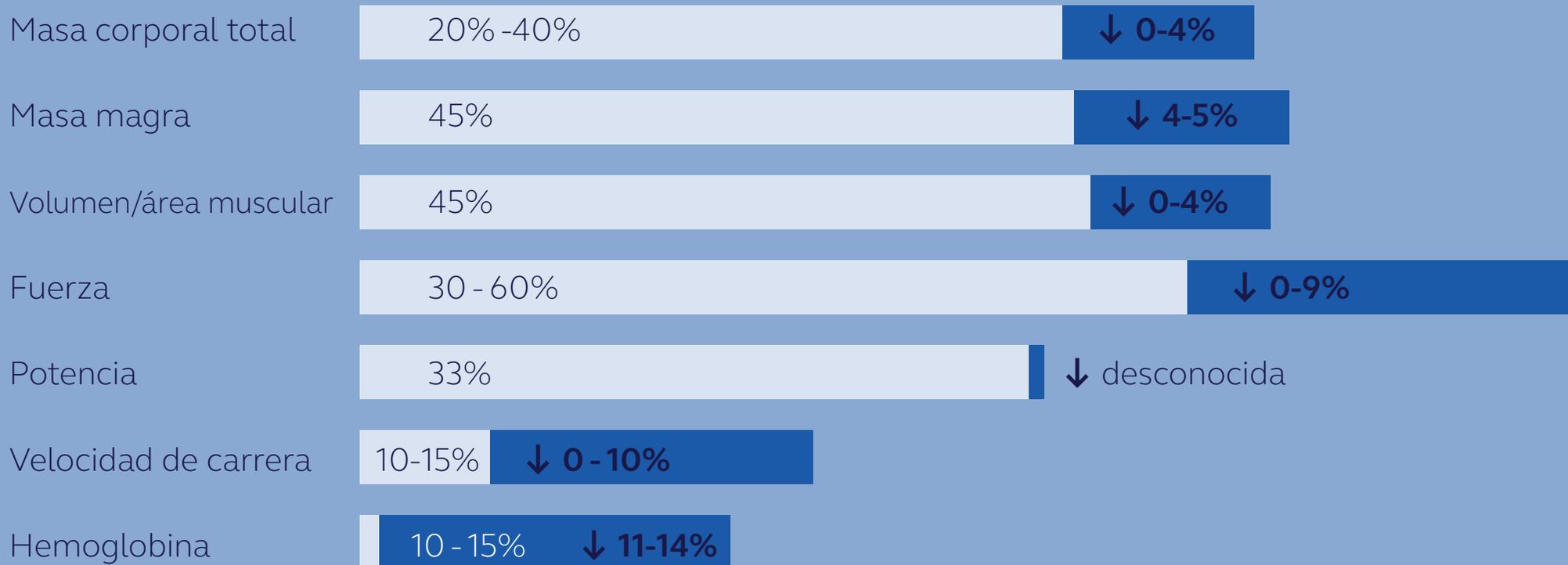
La política actual requiere que las mujeres transgénero reduzcan los niveles de testosterona por debajo de **5 nmol/L durante 12 meses** para ser elegibles para competir en el deporte femenino.

Hasta el momento no hay evidencias directas sobre cómo esto afecta **los resultados en el rendimiento** deportivo en la velocidad, los lanzamientos y el levantamiento de pesas.



Existen evidencias de **cambios fisiológicos** incluida la masa, la masa magra y la fuerza medidas en pruebas de laboratorio.

RANGO FISIOLÓGICO ENTRE HOMBRES Y MUJERES *



* Las barras claras muestran la típica diferencia entre hombres y mujeres para cada atributo, mientras que las barras oscuras muestran la reducción documentada en cada atributo con supresión de testosterona en estudios de laboratorio.



La reducción de testosterona elimina aproximadamente solo **un quinto de la ventaja muscular** y de fuerza.

Se desconoce la reducción de potencia, la velocidad de carrera se reduce entre el **5% y el 10%** y la Hemoglobina **se reduce casi toda**

LAS VARIABLES DE ESTUDIOS CONTROLADOS



Las diferencias biológicas entre hombres y mujeres se **reducen solo levemente**

Las reducciones varían entre el **0% y el 9%** después **de 12 meses** de reducción de testosterona



Las diferencias iniciales en estas variables varían entre el **20% y el 60%**



Para estas variables después de la reducción de testosterona subsisten significativas ventajas **para hombres biológicos**



LAS IMPLICACIONES PARA JUGADORES DE RUGBY TRANSGÉNERO DE HOMBRES-A-MUJERES*

Los estudios de modelos biomecánicos sugieren que los jugadores masculinos típicos experimentan y crean:



Fuerza de cabeza y cuello **20% a 30% mayores** en el rugby masculino de elite que en el rugby femenino de elite solo como consecuencia de las diferencias de masas.

La fuerza en el scrum en el rugby masculino de elite y el rugby comunitario son desde **40% a 120% mayores** que en el rugby femenino



* A la fecha, no hay estudios directos de jugadoras de rugby trans. Las evidencias se obtienen de estudios de diferencias biológicas, efectos de la supresión de testosterona y factores conocidos de lesiones y rendimiento.