

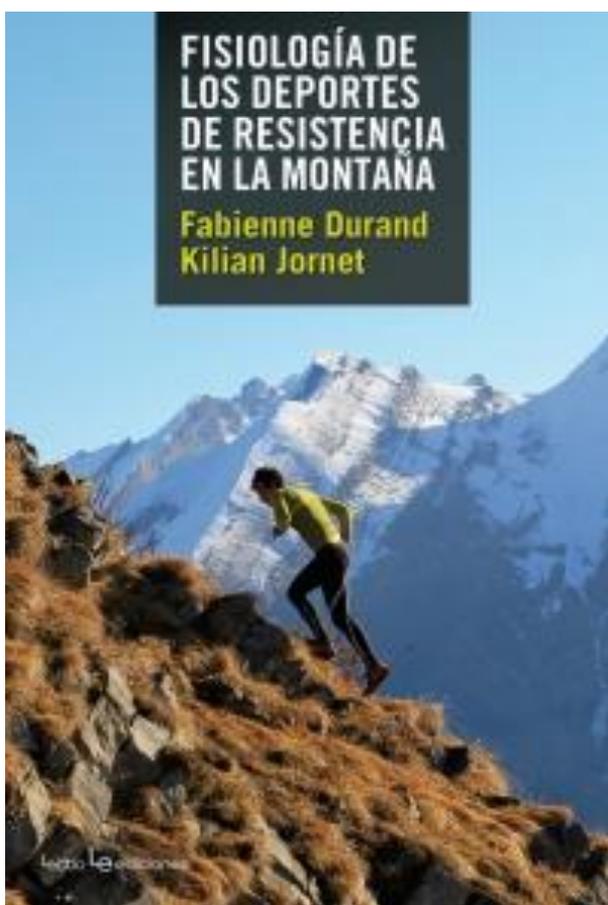
NOVEDADES EDITORIALES

[novedades.pdf](#)

Si es usted **editor** o **autor** y quiere que difundamos sus publicaciones, envíenos un ejemplar para que aparezcan en esta sección.

FISIOLOGÍA DE LOS DEPORTES DE RESISTENCIA EN LA MONTAÑA

Fabienne Durand / Kilian Jornet



«¿Un abogado podría defender al acusado sin conocer las leyes? ¿Un médico podría curar sin conocer las enfermedades? ¿Un atleta puede entrenarse sin conocer el funcionamiento de su propio organismo? Dicho con otras palabras, se trata de «comprender para entrenar mejor». ¿Es algo comprensible? Sí, por dos razones. En primer lugar, tenemos el enfoque pedagógico del universitario, que de una forma concisa y sencilla explica los distintos fenómenos, sustentados mediante figuras, fotos, etc. y en segundo lugar, están los «recuadros» de Kilian, quien explica el empleo y aplicación sobre el terreno de la información fisiológica para optimizar su entrenamiento, ¡y menudo éxito!»

De la introducción de Christian Préfaut
Catedrático de la Facultad de Medicina de Montpellier

El deporte y la montaña

Esta obra didáctica es fruto del encuentro entre Kilian Jornet, gran campeón de la resistencia en lugares de montaña, y Fabienne Durand, fisióloga del ejercicio apasionada por la montaña. El libro nos propone analizar los principales sistemas del organismo que participan del ejercicio, sus adaptaciones y sus límites en el contexto de la altitud. Se abordan problemas característicos de los atletas entrenados en la resistencia, como la hipereactividad bronquial, la hipoxemia del ejercicio o el estrés oxidativo.

Se presentan un conjunto de elementos ineludibles, tanto del orden anatómico como fisiológico, de manera clara y sintética, complementados con apuntes, fotografías y figuras a todo color.

Para ilustrar estas contribuciones científicas, en cada capítulo Kilian Jornet nos revela sus estrategias relativas al esfuerzo y sus límites, así como informaciones sobre la realidad de su práctica. Nos explica cómo utilizar sobre el terreno los datos fisiológicos para optimizar su entrenamiento.

Un libro muy visual con el testimonio de Kilian Jornet en cada tema tratado

El testimonio de Kilian

Normalmente, mi frecuencia cardíaca en reposo es de 32 latidos por minuto, pero la mañana antes de una carrera, al despertarme, puede subir fácilmente a 45 ppm. El estrés, la adrenalina de la salida inminente hacen aumentar las pulsaciones. Cuanto más se acerca la hora de salir, más suben las pulsaciones.

Cuando empecé con el trail, ¡había salidas en las que estaba a 120 ppm! Con la experiencia y el hábito de correr a menudo en competición te acostumbras a ese estrés, lo relativizas y controlas. De ese modo, el estrés pasa a ser positivo.

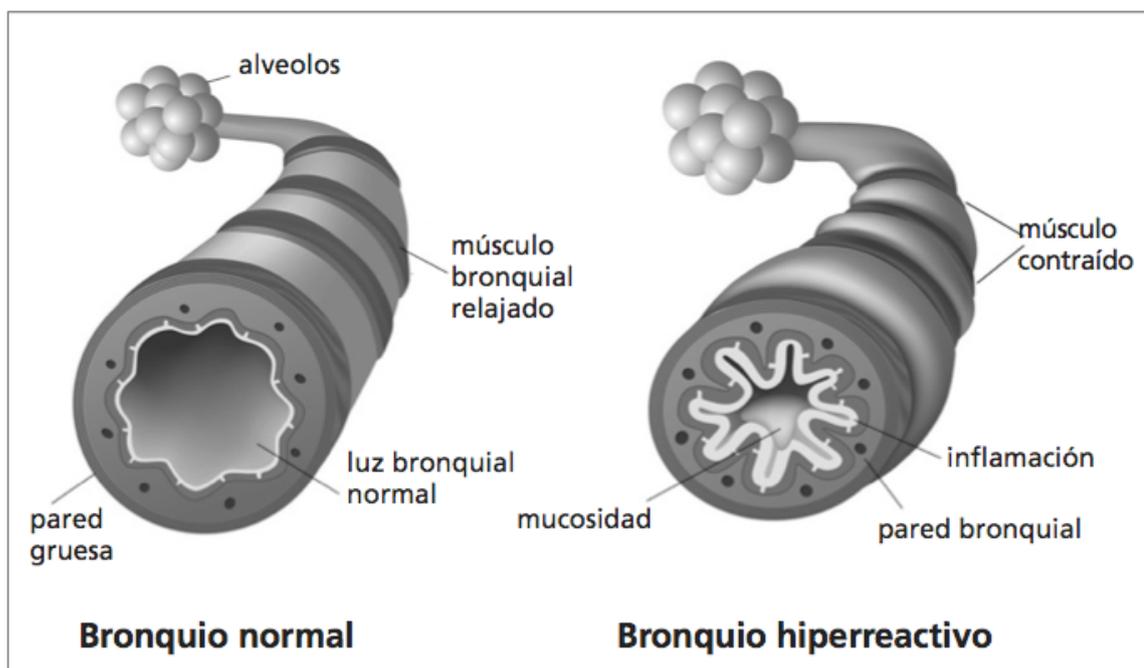
Por la mañana me levanto sin presión y aproximadamente 40 minutos antes de la salida hago aumentar la frecuencia cardíaca para activar el cuerpo y estar listo para salir. ¿Trucos? Activarse bien antes de salir... con música, con música que te recuerde buenos momentos de competición, música que te motive. También hay que pensar que ya te has preparado antes de salir y que sólo queda disfrutar.



Recuadro 2. Los ruidos cardíacos

El «tum-ta» refleja el ruido de las válvulas cardíacas cerrándose. El ruido más largo y más fuerte, el «tum», está asociado al cierre de las válvulas ariculoventriculares mientras que el «ta», más seco y breve, está asociado al cierre de las válvulas del tronco pulmonar y de la aorta. Los médicos, con su estetoscopio, llegan a distinguir hasta 4 ruidos. Las válvulas del lado izquierdo del corazón se cierran antes que las del derecho. Un ruido anormal se denomina *soplo cardíaco*. A menudo se descubre en deportistas jóvenes, pero carece de incidencia y peligro y en general desaparece de forma espontánea. Refleja turbulencias en el tránsito de la sangre por válvulas que a menudo son inmaduras y «tiemblan» bajo el efecto de la presión sanguínea.

Figura 22 Corte de una vía aérea normal y de una con hiperreactividad bronquial con modificaciones anatómicas mayores



Los autores

Fabienne Durand es catedrática de la Facultad de Ciencias y Técnicas de la Actividad Física y Deportiva de la Universidad de Perpiñán Vía Domitia en Font Romeu y directora del laboratorio de investigación Performance Santé Altitude (Rendimiento Salud Altitud). Es fisióloga del ejercicio, una apasionada de la alta montaña y practicante habitual de esta actividad.

Kilian Jornet Burgada es deportista de alto nivel de atletismo de montaña y esquí de montaña. Vencedor en tres ocasiones del Ultra Trail du Mont Blanc con sólo 25 años, se le considera el principal campeón de la resistencia en lugares de montaña de esta década. Su rendimiento excepcional le ha hecho ganarse el respeto de miles de deportistas, pero también de los fisiólogos del ejercicio.

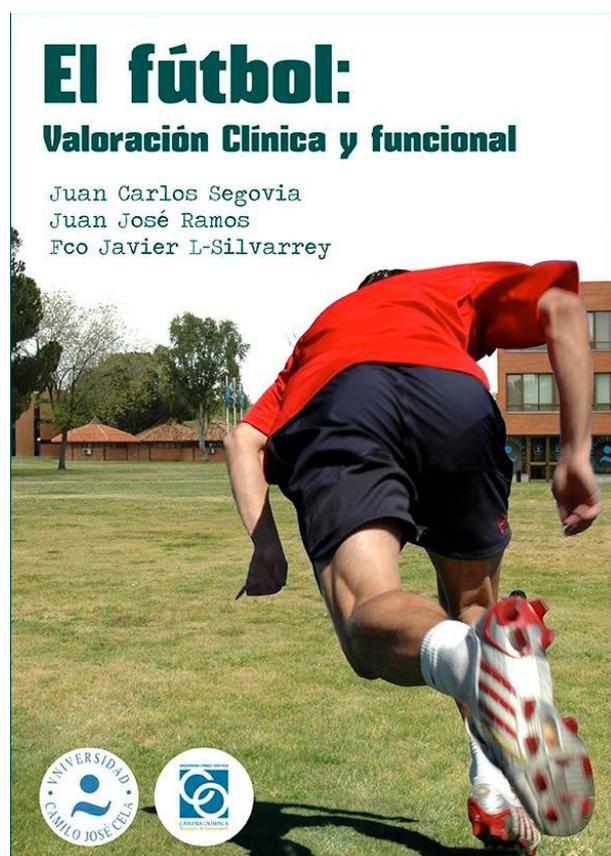
Ficha del libro

Precio: 13,90€
Colección: Otros
ISBN: 978 84 15088 82 0
Núm. de páginas: 112
Núm. de ilustraciones: 33
Formato: 14 x 21 cm
Encuadernación: en rústica
Primera edición: junio del 2013

Prensa Lectio Ediciones 93 362 10 45 – 620 430 718 / lectio@lectio.es

EL FÚTBOL: VALORACIÓN CLÍNICA Y FUNCIONAL

Editores: Juan Carlos Segovia Martínez, Juan José Ramos Álvarez, Francisco Javier López-Silvarrey Varela



Editorial: Universidad Camilo José Cella
Madrid
ISBN 978-84-95891-62-4
Depósito legal M-19030-201
© ucjc
Diseño de portada y contraportada: Borja González Saenz

Descarga gratuita en:
<http://www.ucjc.edu/index.php?section=universidad/sala-prensa/notas-prensa/noticia&cat=&news=2633>

ÍNDICE

*I. EL FÚTBOL.
CARACTERÍSTICAS
PSICOMOTRICES.
J. C. Legido Arce, J. C. Segovia
Martínez*

II. EL FÚTBOL. EL JUEGO COMO APRENDIZAJE.

M.Gullén del Castllo, J. de Dios Benítez Sillero, A. Morente Montero

III. EL FÚTBOL. CARACTERÍSTICAS BIOQUÍMICAS Y FISIOLÓGICAS.

C. González Isabel, J.J. Ramos Alvarez, J.C. Segovia Martínez, F.J. López-Silvarrey Varela.

IV. NUTRICIÓN Y AYUDAS ERGOGÉNICAS EN EL FÚTBOL.

J.J. Sanz Gil, F. Miguel Tobal,

V. EL RECONOCIMIENTO MÉDICO DEPORTIVO.

F.J. López-Silvarrey Varela, J. J. Ramos Alvarez, J.C. Segovia Martínez, E. Jiménez Herranz

VI. CARACTERÍSTICAS MORFOLÓGICAS EN EL FÚTBOL

J.J. Ramos Alvarez, J.C. Segovia Martínez, F.J. López-Silvarrey Varela, J.C. Legido Arce

VII. VALORACIÓN FUNCIONAL EN EL FÚTBOL

J.C. Segovia Martínez, F.J. López-Silvarrey Varela, J.J. Ramos Alvarez, J.C. Legido Arce

VIII. LAS LESIONES MAS FRECUENTES EN EL FÚTBOL

L. Fernández Rosa, G. Lucas Dos Passos, J.M. Bueno Padilla, J.M. Villalón Alonso

IX. LOS TRAUMATISMOS CRÁNEO-ENCEFÁLICOS EN EL FÚTBOL

J. Sousa Sánchez, J.A. Ruiz Caballero, E.M. Brito Ojeda, R. Navarro Valdivieso y M. Navarro García

X. LA REHABILITACIÓN FUNCIONAL DEL FUTBOLISTA

A.M. Martín Morell, M. Jurado Gómez, E. Jimenez Herranz

XI. LA RECUPERACIÓN FÍSICA EN EL FÚTBOL

C. Rivera, Campesino O. Pitillas, Torra

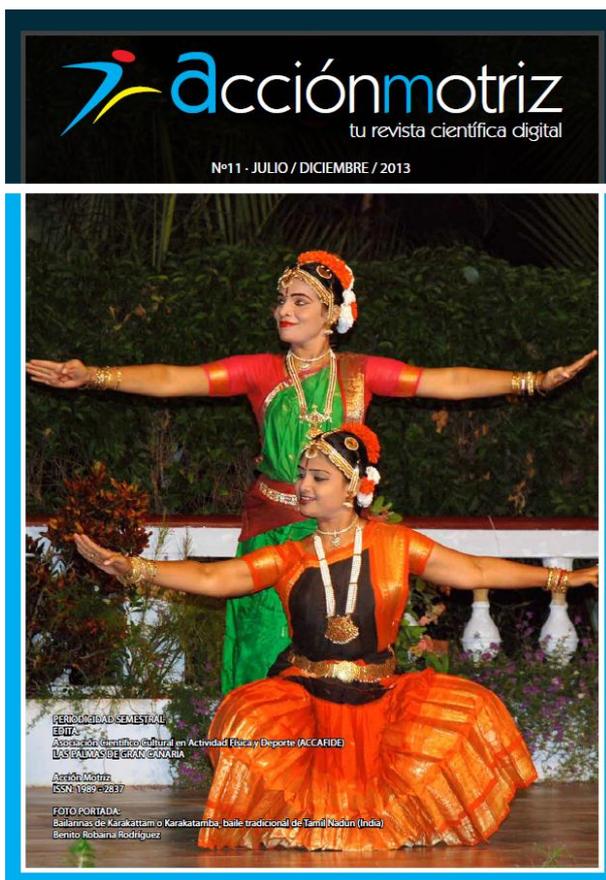
XII. FÚTBOL FEMENINO

C. González Millán, J. Coso Garrigós , J.J. Salinero Martín

XIII. EL COACHING EN EL FÚTBOL.

D. Gutiérrez del Pozo

REVISTA ACCIÓN MOTRIZ



Ha salido el nº 11 de la revista científica de nuestro ámbito de la actividad física y el deporte Acción Motriz

ÍNDICE

Editorial

Carlos Lago Penas (Universidade de Vigo).

Enfoque Dinámico e Integrado de la Motricidad (EDIM)

A Dynamic and Integrative Approach to Human Motricity
Marta Castañer y Oleguer Camerino (España)

Laboratorio de Observacion de la Motricidad, INEFC-Universidad de Lleida

LAS ACTIVIDADES CIRCENSES COMO CONTENIDO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

THE CIRCUS ACTIVITIES AS PHYSICAL EDUCATION CONTENT

Prof. M^a Teresa Ontanon Barragan – Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte – Univ. Politécnica de Madrid, Estudiante de Doctorado de la Facultad de Educación Física – UNICAMP (Campinas – SP, Brasil). Brasil
Prof. Dr. Marco Antonio Coelho Bortoleto – Facultad de Educación Física – Universidad Estatal de Campinas (UNICAMP). (Brasil)
Prof. Ms. Rodrigo Mallet Duprat –Estudiante de Doctorado de la Facultad de Educación Física – UNICAMP. (Brasil)

La praxiología motriz en los programas para la mejora de la convivencia (PROMECO)

Motor praxeology in programmes to improve coexistence

Dr. D. Jose Mario Hernandez Perez. Profesor de Educacion Fisica en el I.E.S. Jose Frugoni Perez. (España)

Dr. D. Angel Jose Rodriguez Fernandez. Departamento de Educacion. ULPGC. Profesor de Psicología y Pedagogía I.E.S. Jose Frugoni Perez. (España)

El atletismo desde una perspectiva pedagógica

Athletics from a pedagogical perspective

Gómez Mármol, Alberto. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Murcia. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (España).

Valero Valenzuela, Alfonso. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Murcia Licenciado y Doctor en Educación Física (España).

Autopercepción de competencia motriz y práctica físico-deportiva en alumnos de 10 a 12 años de molina de segura (Murcia-España).

Self perception of motor competence and physical and sports practice in students from 10 to 12 years from molina de segura (Murcia-Spain)

Eliseo García Cantó. Profesor asociado de la Universidad de Murcia. Facultad de Educación. Departamento de Educación física. (España)

Pedro Luis Rodriguez Garcia. Profesor titular de la Universidad de Murcia. Facultad de Educación. Departamento de Educación Física. (España)

Juan Jose Perez Soto. Doctorando en Educacion fisica por la Universidad de Murcia. Facultad de Educación. Dpto. de Educación física. (España)

Jose Enrique Moral Garcia. Profesor asociado de la Universidad Pontificia de Salamanca. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad Pontificia de Salamanca, Facultad de Ciencias Humanas y Sociales, Grado de Ciencias de la Actividad Fisica y Deporte.

Pedro Angel Lopez Miñarro. Profesor titular interino de la Universidad de Murcia. Facultad de Educación. Dpto. de Educación Física. (España)

Francisco Jose Lopez Villalba. Profesor asociado de la Universidad de Murcia. Facultad de Educación. Departamento de Educación Física. (España)

Programa para el desarrollo del salto en el voleibol de la universidad de ciencias informáticas

development program jump in volleyball computer sciences university

Ms.C. Portela Pozo, Y. · Ms.C. Rodriguez Stiven E. · Dr.C. Perez Fuentes A. · Ms.C. Martinez Noriega A. H.

Profesores investigadores del departamento de cultura fisica y los deportes y del Departamento de ciencias básicas de la Facultad 3 de la Universidad de las ciencias informáticas (UCI). La Habana. Cuba.

Principios biomecánicos que intervienen en la ejecución del salto de altura
Biomechanics principles involves in the high jump

D. Javier Bermejo Frutos. Doctor en Ciencias de la Actividad Fisica y el Deporte. Entrenador de club de atletismo. (España)

D. Jose Manuel Palao Andres. Doctor en Ciencias de la Actividad Fisica y el Deporte. Profesor de la Universidad de Murcia (España). Entrenador nacional de atletismo.

D. Jose Luis Lopez Elvira. Doctor en CC. de la Actividad Fisica y el Deporte. Profesor de la Universidad Miguel Hernandez de Elche (España)

RECUPERACIÓN DE LESIONES "PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO FÍSICO"

Perez Cascallana, Carlos



Editorial: GARCIA-MAROTO EDITORES, S.L.
PVP: 39.00 (IVA incluido)
ISBN: 9788415793151
Idioma: Español
Fecha de publicación: 01/06/2013
Formato: espiral

Contenido

PARTE I • Guía de formación

1. Introducción
2. Reglas de oro en el trabajo recuperador
3. Tratamiento médico de las lesiones
4. Influencia de los campos de entrenamiento sobre las lesiones

PARTE II • Fichas de trabajo

Trabajo recuperador
Tobillo
Rodilla

Musculares

Pubis

Hombro

Codo y dedos

Sesiones físicas según el tiempo de inactividad

Trabajo preventivo o esfuerzo a una sesión

Pubis

Hombro

Tobillo

Rodilla

Espalda

Cervicales

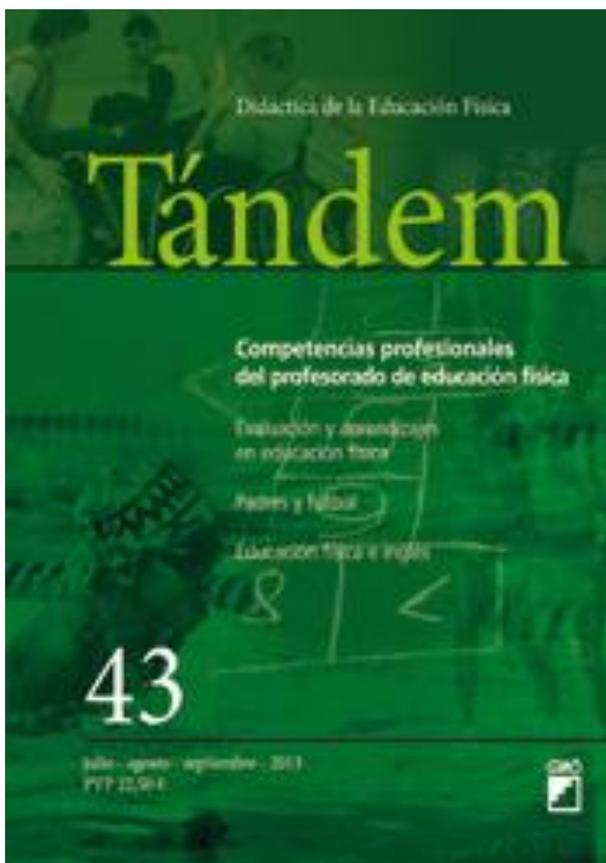
Flexibilidad

Sobrepeso (dieta)

Parque recuperador (gráfico)

PARTE III: Fichas de trabajo personal

**REVISTA TÁNDEM. Didáctica de la Educación Física.
Núm.043 - Julio, Agosto, Septiembre 2013.
Competencias profesionales del profesorado de
educación física**



Índice de la revista

Monografía Competencias profesionales del profesorado de educación física

- Competencias profesionales del profesorado de educación física

Equipo Directivo de Tándem

- El discurso de la formación basada en competencias y el profesorado de educación física eficaz: Una aproximación crítica

Roberto Velázquez

- Ámbitos de formación del profesorado de educación física: Un enfoque disciplinar, social y profesional

Juan Luis Hernández, M. Eugenia Martínez

- Cómo se forma el profesorado de educación física: Las competencias en los planes de formación inicial
Mario Díaz del Cueto
- Aproximación a un perfil de competencias en educación física adaptada del profesional de ciencias de la actividad física y del deporte
Laura Jiménez Monteagudo, Ricardo Cuevas
- La evaluación de las competencias del profesorado de educación física: Dificultades y propuestas
Francisco Javier Castejón

Aula de didáctica

Educación física: de la programación de la enseñanza a la práctica de aula
Roberto Velázquez, Juan Luis Hernández

- La evaluación de la enseñanza y los aprendizajes en la educación física: Consideraciones en torno a un sistema de evaluación formativa
Ángeles López

Investigación y debate

- Padres y fútbol: ¿apoyo o conflicto?
Miriam Segura Meix
- Las habilidades motrices básicas en educación primaria: Aspectos de su desarrollo
Víctor López Ros

Experiencias

- Educación física e inglés, asociación eficaz para adquirir competencias
Sixto González Víllora, Andrea Hernández Martínez, Juan Carlos Pastor Vicedo, Laura Villar García

Ideas prácticas

- Retos físicos cooperativos de carácter emocional (ReFiCE)
Josué Llamas Toledano

Cine y deporte

- El juego perfecto
Carme Oro i Casanovas

Libros y deporte

- Los ojos del alma
Manuel Villard Aijón

Informaciones

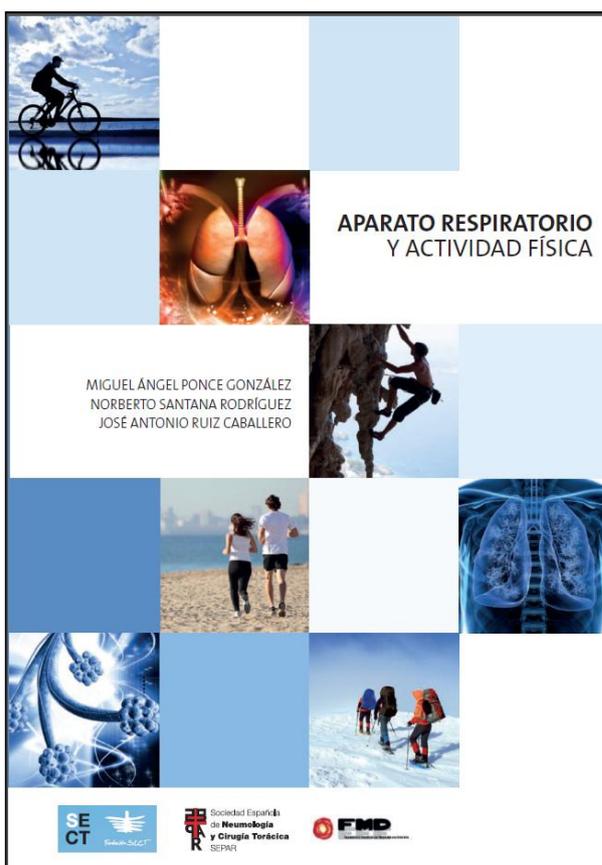
- Descubrimos. Encuentros.
Navegando por las webs

APARATO RESPIRATORIO Y ACTIVIDAD FÍSICA

Coordinadores:

Miguel Ángel Ponce González
Norberto Santana Rodríguez
José Antonio Ruiz Caballero

ÍNDICE



Agradecimientos

Presentación

Introducción

Prólogo

1 Embriología del aparato respiratorio

2 Anatomía de las vías respiratorias y de los pulmones

3 Anatomía de la caja torácica y de la musculatura respiratoria

4 Histología pulmonar y actividad física

5 Fisiología de la respiración. Adaptación respiratoria al esfuerzo físico

6 Pruebas de esfuerzo respiratorias. Aspectos generales de la ergometría espiratoria

7 Rehabilitación respiratoria y deporte

8 Ergoespirometría en el deportista. Metodología

9 Sudor y ejercicio físico. El sistema nervioso simpático (SNS)

10 Actividad física, aparato respiratorio y mujer

11 Respuesta fisiológica durante la práctica de la apnea, el buceo y la utilización de cámaras hiperbáricas

12 La respiración acuática

13 Efecto de la hipoxemia en el rendimiento deportivo

14 Infecciones respiratorias agudas

15 Enfermedad respiratoria de riesgo vital y muerte súbita en el deporte

16 Asma y deporte

17 Asma agudizado durante el ejercicio físico

18 Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y actividad física

19 Actividad física y fibrosis quística

20 La ergoespirometría aplicada a la valoración patológica respiratoria

21 Síndrome de apnea obstructiva del sueño y ejercicio físico

22 Actividad física con deformidades de la columna vertebral

23 Deformidades congénitas de la caja torácica y actividad física

24 Enfermedades neuromusculares y actividad física

25 Ejercicio físico en paciente con trasplante pulmonar

26 Ejercicio físico en pacientes sometidos a cirugía de resección pulmonar

27 Lesiones traumáticas de órganos endotorácicos y del diafragma

28 Dolor torácico mecánico durante el ejercicio físico

29 Lesiones traumáticas

30 Trauma torácico deportivo complicado con lesiones pleuropulmonares

31 Tabaquismo y actividad física

32 Dopaje y deporte. El uso de sustancias prohibidas y sus efectos a nivel del sistema respiratorio

33 Ozonoterapia y ejercicio físico

34 Cambios respiratorios en el envejecimiento

35 Síndromes respiratorios producidos por el ejercicio físico y Síndromes respiratorios producidos por las condiciones climatológicas

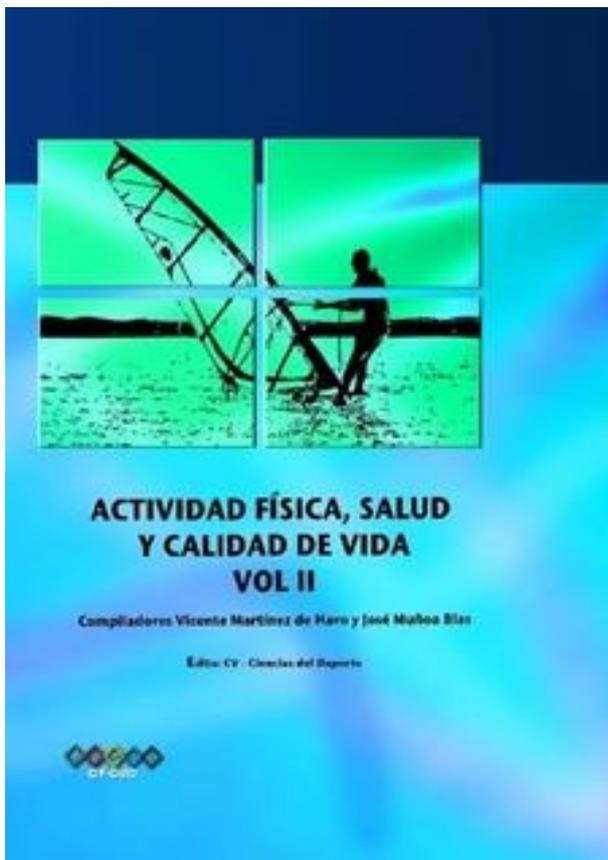
36 El docente de la actividad física y las enfermedades respiratorias

37 La comunicación científica en neumología y cirugía torácica relacionada con la medicina del deporte

Listado de autores

ACTIVIDAD FÍSICA, SALUD Y CALIDAD DE VIDA VOL II

Compiladores: Vicente Martínez de Haro y José Muñoa Blas
Edita: CV - Ciencias del Deporte



ISBN-13: 978-84-616-3563-4
ISBN: 84-616-3563-9

ÍNDICE

PRESENTACIÓN

1. LA SEGURIDAD EN LOS ESPACIOS ACUÁTICOS

Ismael Sanz Arribas, Lourdes Cid Yagüe, M^a José Álvarez Barrio y Juan del Campo Vecino
Universidad Autónoma de Madrid

2. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD: PROGRAMA GENÉRICO PARA LA MEJORA DE LA CONDICIÓN CARDIOVASCULAR

Juan del Campo Vecino, Lourdes Cid Yagüe, M^a José Álvarez Barrio e Ismael Sanz Arribas
Universidad Autónoma de Madrid

3. ESTUDIO COMPARATIVO DE DOS PROGRAMAS DIFERENTES

DE EJERCICIO FÍSICO SOBRE SU INFLUENCIA EN LOS NIVELES DE GLUCOSA EN SANGRE EN DIABÉTICOS: ESTUDIO PILOTO

Yaiza Cordero Rodríguez y Francisco Salas Costilla

Universidad Politécnica de Madrid. Polideportivo Municipal de

4. ADHERENCIA E INCREMENTO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN PERSONAS CON OSTEOPOROSIS

Francisco Salas Costilla

Polideportivo Municipal de Alcobendas

5. CUANTIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y VALORACIÓN DE LA DIETA EN GESTANTES

Amaia García Aparicio y Marta Rodríguez Cabrero

Universidad Camilo José Cela

6. EL DEPORTE: MEJORA EMOCIONAL DE LA CALIDAD DE VIDA DE LA PERSONA SORDA

Cecilia Mirta Navarro Puch

Centro Educativo Ponce de León

7. PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DE PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN EL ÁMBITO LABORAL.

José Manuel Salvador Cañadas

Universidad de Almería-

Se puede descargar en <http://www.bubok.es/libros/224511/ACTIVIDAD-FISICA-SALUD-Y-CALIDAD-DE-VIDA-VOL-II>

Rev.int.med.cienc.act.fis.deporte – vol. 13 - número 51 – septiembre 2013 - ISSN: 1577-0354