



RESUMEN de la

MEMORIA de la UNIDAD REGIONAL de

MEDICINA DEPORTIVA del PRINCIPADO de

ASTURIAS

- 2009 -

INTRODUCCIÓN

Los hechos más importantes a destacar durante el año 2009, han sido:

-La celebración en Avilés los días 8 y 9 de Junio de las **Segundas Jornadas de Trabajo sobre DEPORTE Y SALUD** (ver Anexo I), organizadas por la Fundación Deportiva Municipal de Avilés y la Dirección General de Deportes del Principado de Asturias, a través de la Unidad Regional de Medicina Deportiva, a las que asistieron expertos nacionales e internacionales, entre los que se encontraban la mayoría de los directores médicos de los centros nacionales y regionales de Medicina Deportiva y los directores médicos de los Centros de Alto Rendimiento. Siendo un punto de encuentro y debate único a nivel nacional sobre dos temas concretos: a) El Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte. Función de los centros de Medicina Deportiva en la promoción y prescripción de ejercicio. b) La lesión muscular, nuevos conceptos sobre su prevención y tratamiento. Al acabar dichas Jornadas se redactaron de manera consensuada una CONCLUSIONES, que tuvieron difusión nacional, en forma de “Documento de consenso” (ver Anexo II).

-La presencia en nuestra unidad, de un **médico becario** en prácticas, el Dr. Emmanuel Vargas, gracias a un convenio de colaboración entre la FDM de Avilés y la Universidad Pontificia Bolivariana, de Medellín, Colombia.

-La creación por Presidencia de Gobierno, en el seno de la Subdirección de Deporte y Salud de un Grupo de Trabajo formado por los responsables de la Medicina del Deporte de las Comunidades Autónomas, así como los responsables de los servicios médicos de los Centros de Alto Rendimiento y CTD. En reconocimiento a las reuniones previas celebradas en Avilés y a petición expresa de los asistentes, se le llama **“Grupo de Trabajo Avilés”**. (ver Anexo III).

-En la **actividad científica** hay que destacar que, la revista de medicina deportiva más prestigiosa a nivel internacional (Medicine and Science in Sports and Exercise), publicó dos de los proyectos de investigación que se realizaron

en esta Unidad Regional. Uno relacionado con el deporte como fuente de salud y el otro relacionado con el alto rendimiento deportivo.

-El Dr. Nicolás Terrados, formó parte del grupo nacional de expertos que trabajaron para Presidencia del Gobierno y CSD, en los contenidos del **PLAN INTEGRAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA**, en el área de Actividad Física, Deporte y Salud, entre Marzo y Junio de 2009, en la sede del Consejo Superior de Deportes, Madrid.

-También habría que destacar la incorporación (desde el mes de Abril) de una **nueva Enfermera y Fisioterapeuta**; Belén Fernández Alonso, con una amplísima formación en fisioterapia y enfermería deportiva.

RECURSOS HUMANOS

Durante el año 2009 el personal de la Unidad Regional de Medicina Deportiva-Fundación Deportiva Municipal de Avilés, ha estado formado por:

Médicos:

Dr. Nicolás Terrados Cepeda (Director Responsable).

Dr. Javier Pérez-Landaluce López.

Dra. María Ramos Bueno.

Medico becario en prácticas en el año 2009 (por el convenio de colaboración con la Universidad Pontificia Bolivariana de Medellín, Colombia):

Dr. Emmanuel Vargas.

Enfermera / Fisioterapeuta:

Dña. Belén Fernández Alonso (Desde Abril de 2009).

Auxiliar Administrativo:

D. Eleuterio Rodrigo Juan



RESUMEN de las PRESTACIONES MÉDICAS de la Unidad Regional de Medicina Deportiva del Principado de Asturias durante 2009.

El total de **Deportistas** a los que se les prestó asistencia y seguimiento médico deportivo (previa solicitud a la Dirección General de Deportes y aprobación de dicha solicitud), durante 2009 fue de **154**.

Para el control y seguimiento médico de estos deportistas, durante todo el año **2009**, se realizaron una serie de **prestaciones médicas** a dichos deportistas, que en total fueron **1373**.

PRESTACIONES MÉDICAS a DEPORTISTAS de la URMD

Tipo de Prestación:

- CONSULTA MÉDICA	255
- REVISIÓN DE LESIÓN.....	103
- ANALÍTICA DE SANGRE	249
- CONSULTA DE ANALÍTICA.....	249
- CONTROL DE PESO Y GRASA	72
- TEST DE ASMA	1
- ECOGRAFÍA MÚSCULO-TENDINOSA	51
- PETICIÓN PRUEBAS EXTERNAS (RX, RMN...)	31
- PLANIFICACIÓN DE ENTRENAMIENTOS	34
- RECONOCIMIENTO MÉDICO	100
- SESIÓN DE FISIOTERAPIA	95
- TEST DE CAMPO	67
- TEST DE ESFUERZO	66
TOTAL:	1373

ACTUACIONES A DEPORTISTAS URMD -Por Deporte-

- ARBITRAJE	12
- ATLETISMO	262
- BADMINTON	109
- BALONCESTO	2
- BALONMANO	15
- BOXEO	12
- CICLISMO	56
- ESQUÍ	3
- JUDO	3
- KICKBOXING	2
- MONTAÑA	6
- NATACIÓN	72
- PÁDEL	10
- PATINAJE	73
- PENTATLÓN MODERNO	18
- PIRAGÜISMO	539
- REMO	119
- TENIS	1
- TENIS DE MESA	43
- TRIATLÓN	13
- VELA	3

TOTAL: 1373

INVESTIGACIÓN

PUBLICACIONES CIENTÍFICAS

Revistas científicas

Santalla, A., Naranjo, J. and N. Terrados.

Muscle Efficiency Improves over Time in World-Class Cyclists.

Medicine and Science in Sports and Exercise, 41, (5): 1096-1101, 2009.

Nicolás Terrados, Julio Calleja-González, Igor Jukic and Sergej M. Ostojic.
Physiological and medical strategies in post-competition recovery—practical implications based on scientific evidence.

Serbian Journal of Sports Sciences, 3(1): 29-37. 2009.

Venta R, Cruz E, Valcárcel G, and N. Terrados.

Plasma vitamins, amino acids, and renal function in postexercise hyperhomocysteinemia.

Medicine and Science in Sports and Exercise. 41(8):1645-1651. 2009.

Javier Pérez-Landaluce.

“La importancia del calentamiento”.

Revista **Cota Norte**, año III, nº 5. 46-48, 2009

Schelling, X., Calleja, J. & Terrados, N.

“Hormonal Analysis in Elite Basketball during a season”.

Revista de Psicología del Deporte, 2009 vol. 18 suppl., pp. 363-367

Calleja-González J, N. Terrados.

Indicadores para evaluar el impacto de carga en baloncesto.

Revista Andaluza de Medicina del Deporte. 02(02) :56-60, 2009

Javier Pérez-Landaluce.

“Esquí & snowboard, diferentes lesiones”.

Revista **Cota Norte**, nº 4, 40-41, Febrero 2009

Jaime Fernández Fernández, Alberto Méndez Villanueva, David Sanz, Benjamín Fernández García, Nicolás Terrados.

“Beneficios de la práctica del tenis sobre la salud (I)”.

Archivos de Medicina del Deporte, volumen XXVII (5), nº 133, Septiembre-Octubre 2009.

Nicolás Terrados Cepeda.

“El deporte como inductor de beneficios en la salud de la sociedad, revisión histórica y estudios actuales”.

Revista **“Citius, Altius, Fortius”**, publicación del Comité Olímpico Español. Volumen 2, nº 2. 25-47, 2009.

Libros

“MEDICINA Y FISIOLÓGÍA DEL CICLISMO” (Tomo I).

José Fernando Jiménez Díaz, Nicolás Terrados Cepeda, Gerardo Villa Vicente, Pedro Manonelles Marqueta.

Editado por Nexus Médica, Badalona, España, 2009

ISBN: 978-84-92568-03-1

J. Fernández Fernández, A. Méndez Villanueva, y N. Terrados.

Capítulo **“Metabolismo energético del tenis de competición”** en el libro: **“NOVEDADES EN MEDICINA Y TRAUMATOLOGÍA DEL DEPORTE, DEPORTES DE RAQUETA”**. Coordinadores: Fernando Jiménez Díaz y Arturo Caballero Carmona). Editado por la Junta de Comunidades de Castilla y León, 2008

ISBN: 978-84-612-8361-3

Julio Calleja-González, Argia Langarika Rokafor, Nicolás Terrados Cepeda.

Capítulo **“Protocolos individualizados de preparación física en jugadores de baloncesto moderno”**, en el libro **“APORTACIONES TEÓRICAS Y PRÁCTICAS PARA EL BALONCESTO DEL FUTURO”** (Coordinadores: Alberto Lorenzo, Sergio J. Ibáñez, Enrique Ortega.)

Editado por Wanceulen Editorial Deportiva, Sevilla, España.

ISBN: 978-84-9823-850-1

PREMIOS CIENTÍFICOS

PREMIO A LA MEJOR COMUNICACIÓN CIENTÍFICA, en V Congreso Internacional Ibérico de Baloncesto en la Universidad Católica de San Antonio de Cartagena, Murcia. **SCHELLING, X., CALLEJA-GONZALEZ, J. y N. TERRADOS**, por su trabajo "*Análisis Hormonal en un Equipo de Baloncesto Durante Una temporada*", Octubre de 2009.

PRIMER PREMIO DEL III CONGRESO VIRTUAL DEL DEPORTE 2009, organizado por la universidad del País Vasco. A **Gaizka Mejuto, Julio Calleja, Xabier Leibar, Josean Lekue, Iñaki Arratibel y Nicolas Terrados**, por su estudio "*PARAMETROS FISIOLÓGICOS Y CINEANTROPOMÉTRICOS DE UN HIMALAYISTA DE ÉLITE*". Este estudio formaba parte de la tesis doctoral que estaba llevando a cabo conjuntamente con los Doctores Julio Calleja y Nicolás Terrados.

INVESTIGACIÓN

CONFERENCIAS Y PONENCIAS

I ENCUENTRO DE ESPECIALISTAS EN ALTO RENDIMIENTO DEPORTIVO

Tenerife, 30 y 31 de Enero de 2009.

Organizado por Tenerife Top Training y Byomedic-Mastercede (Barcelona).

Ponencia: “ACTUALIZACIONES EN ENTRENAMIENTO EN ALTURA”.

Dr. Nicolás Terrados Cepeda

II JORNADAS DE TRABAJO DEPORTE Y SALUD

Avilés, 8 y 9 de Junio de 2009.

Organizado por la Unidad Regional de Medicina Deportiva del Principado de Asturias (Avilés).

Ponencia: “SITUACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD EN COLOMBIA”.

Dr. Emmanuel Vargas

XX JORNADAS DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE MÉDICOS DE BALONCESTO

Marbella, 24 al 27 de Junio de 2009.

Organizado por los Servicios Médicos del Club de Baloncesto Málaga S.A.D.

Ponencia: “VALORACIÓN BIOLÓGICA DEL SOBREENTRENAMIENTO”.

Dr. Nicolás Terrados Cepeda

V JORNADAS DE FISIOTERAPIA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

Oviedo, 6 al 7 de Noviembre de 2009.

Organizado por el Colegio Profesional de Fisioterapia del Principado de Asturias.

Ponencia: "BENEFICIOS Y RIESGOS DEL DEPORTE PARA LA SALUD".

Dr. Nicolás Terrados Cepeda

JORNADA RETOS DE LA ENFERMEDAD CRÓNICA, ENFERMEDAD CRÓNICA Y EJERCICIO

Oviedo, 26 de Noviembre de 2009.

Organizado por el Servicio de Salud del Principado de Asturias.

Dr. Javier Pérez-Landaluce López

OTROS

El Dr. Nicolás Terrados Cepeda, participó en calidad de experto del ámbito de Actividad Física, Deporte y Salud, en los trabajos de elaboración de los contenidos del **PLAN INTEGRAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA**, de Presidencia del Gobierno, realizados entre Marzo y Junio de 2009, en la sede del Consejo Superior de Deportes, Madrid. Acudiendo a su presentación a nivel nacional en Madrid, el 30 de Junio de 2009. Organizada por la Presidencia del Gobierno de España y el Consejo Superior de Deportes.

II JORNADAS DE TRABAJO DEPORTE Y SALUD

Organizadas por la URMD y desarrolladas en el Hotel Palacio de Ferrera de Avilés, en Junio de 2009.

Contaron con la participación de destacados especialistas en el ámbito de la Medicina Deportiva y la Salud en el Deporte a nivel nacional e internacional.
(ver Anexo I)

**LISTADO DE DEPORTISTAS AUTORIZADOS POR LA
DIRECCIÓN REGIONAL DE DEPORTES DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS PARA URMD DURANTE EL
AÑO 2009**

AUTORIZACIONES DEPORTISTAS URMD 2009

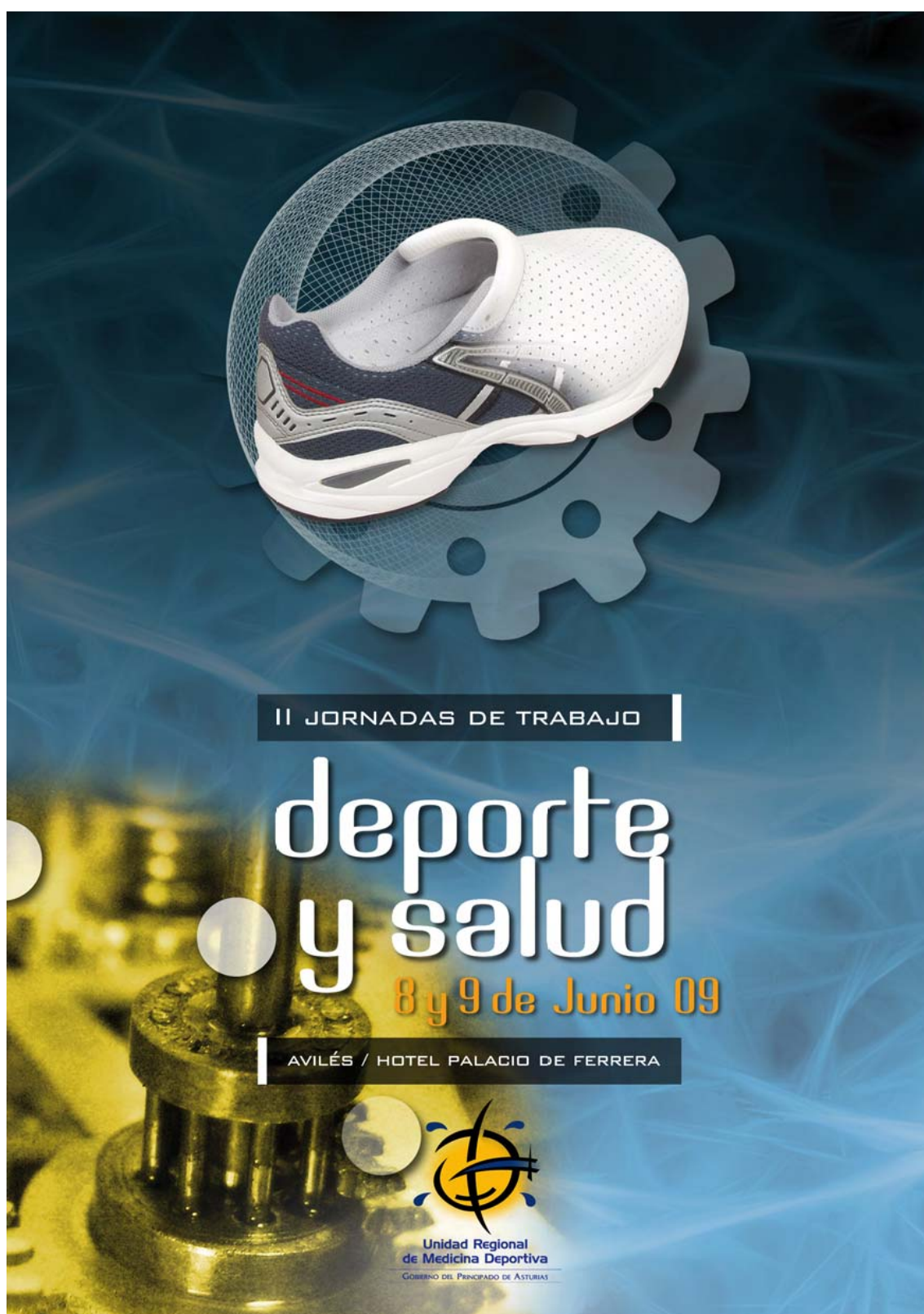
Nombre	Apellidos	Deporte
Carlos	Alonso García	Atletismo
Marcos	Peon Azcano	Atletismo
Aitor	Fernández de la Coba	Atletismo
Tatiana	Vázquez Morán	Atletismo
Francisco Javier	García Cobián	Atletismo
Nazaret	Viesca Colinas	Atletismo
Paula	Martínez Cacheiro	Atletismo
Wanda	Sánchez García	Atletismo
María	García González	Atletismo
Irene	Alfonso García	Atletismo
Alberto	Valdavidia de la Puente	Atletismo
Diego	Menéndez García	Atletismo
Sara	Díaz Valdés	Atletismo
Carmen	Sánchez Larrondo	Atletismo
Jorge	Suárez Rodríguez	Atletismo
David	Testa Alonso	Atletismo
Sergio	Martínez Amorío	Atletismo
Claudia	Junquera Méndez	Atletismo
Rubén	Losada García	Atletismo
Marta	García Casavieja	Atletismo
Eduardo	Suárez García	Atletismo
Beatriz	Valiente Vena	Atletismo
Borja Jerónimo	García Martínez	Atletismo
Alba	Hernández Quijano	Atletismo
María	Schlegel Mosegui	Atletismo
Alberto	Pérez Iglesias	Arbitraje (Rugby)
Claudia	Martín Fernández	Badminton - CTD 2008/2009
José Manuel	Suárez Menéndez	Badminton - CTD 2008/2009
Alberto	Vijande Alonso	Badminton - CTD 2008/2009
Raquel	Miguens Turnes	Badminton - CTD 2008/2009
Mario	González Molina	Badminton - CTD 2008/2009/2010
María	Vijande Alonso	Badminton - CTD 2008/2009/2010
Daniel	Álvarez González	Badminton - CTD 2008/2009/2010
Jaime	González Caso	Badminton - CTD 2008/2009/2010
Luis Enrique	Peñalver Pereira	Badminton - CTD 2008/2009/2010
Laia	Oset Moncho	Badminton - CTD 2008/2009/2010
Alberto	Zapico Antuña	Badminton - CTD 2008/2009/2010
David	Durán Vázquez	Badminton - CTD 2008/2009/2010
Rodolfo	Ramírez García	Badminton - CTD 2008/2009/2010
Elena	Fernández Arboleya	Badminton - CTD 2008/2009/2010
Óscar	Martínez Salán	Badminton - CTD 2008/2009/2010
Daniel	Sánchez Larssen	Badminton - CTD 2008/2009/2010
Ana	Amador Rubio	Badminton - CTD 2009/2010
Min	Zhao	Badminton - CTD 2009/2010
Álvaro	Rodríguez García	Badminton - CTD 2009/2010
Alejandro	González Zapico	Badminton - CTD 2009/2010

Nombre	Apellidos	Deporte
Javier	Suárez Menéndez	Badminton - CTD 2009/2010
Andrea	Crespo Zapico	Balonmano
Daniel	Navarro García	Ciclismo
Higinio	Fernández Suárez	Ciclismo
Ignacio	Alonso-Redondo Martín	Esquí
Valentín	Marcos Nieto	Karate
Raúl	Pandiella Gutierrez	Kickboxing
Juan	Blasco Merino	Kickboxing
Sara	García Alonso	Natación
Álvaro	García Pastor	Natación - CTD 2008/2009
María	Cortés Fernández	Natación - CTD 2008/2009/2010
Gonzalo	Rodríguez Valdés	Natación - CTD 2008/2009/2010
Abel	García Anido	Natación - CTD 2008/2009/2010
Laura	Fernandez Rodríguez	Natación - CTD 2008/2009/2010
Iván	Morillas De Diego	Natación - CTD 2008/2009/2010
Diego	García Rapado	Natación - CTD 2008/2009/2010
Wenceslao	Piedra Cascón	Natación - CTD 2008/2009/2010
Emma	García Trueba	Natación - CTD 2008/2009/2010
Adriana	Rodríguez Fernández	Natación - CTD 2008/2009/2010
Sara	Pérez Sala	Natación - CTD 2008/2009/2010
Santiago	Fernández Munárriz	Natación - CTD 2009/2010
Sheila	Posada Guerra	Patinaje
Sara	Fernández Díez	Patinaje
Fernando	Mejía Medina	Patinaje
Tatiana	Magadán Laria	Patinaje
Alberto	Agrela González	Patinaje
Irene	Reyes Macarro	Patinaje
Ronan	Sánchez García	Patinaje
Jessica	Rodríguez Álvarez	Patinaje
David	Alonso García	Patinaje
Mauro	Tuñón Suárez	Patinaje
Jorge	Fernández Cantero	Patinaje
Sergio	Fernández Pérez	Patinaje
Abel	Martínez Rodríguez	Patinaje
Lucas	Ojanguren Fernández	Pentatlón Moderno
Mª Isabel	García Suárez	Piragüismo
Miguel	Fernández Castañón	Piragüismo
Javier	Fernández Castañón	Piragüismo
Jana	Smidakova Comproukova	Piragüismo
Diego	Cosgaya Noriega	Piragüismo
Olivier	Cauwenbergh	Piragüismo: Comité Olímpico Belga
Bob	Maesen	Piragüismo: Comité Olímpico Belga
Laurens	Pannecoucke	Piragüismo: Comité Olímpico Belga
Carlos	Pérez Rial	Piragüismo: Equipo Nacional
Saul	Craviotto Rivero	Piragüismo: Equipo Nacional
Javier	Hernánz Agüeria	Piragüismo: Equipo Nacional
Francisco	Llera Blanco	Piragüismo: Equipo Nacional
Íñigo	Peña Arriola	Piragüismo: Equipo Nacional

Nombre	Apellidos	Deporte
Ekaitz	Saies Sistiaga	Piragüismo: Equipo Nacional
Rodrigo	Germade Barreiro	Piragüismo: Equipo Nacional
Emilio	Llamedo Álvarez	Piragüismo: Equipo Nacional
Alejandro	García Toriello	Piragüismo: Equipo Nacional
Carlos	Garrote Ballesteros	Piragüismo: Equipo Nacional
Borja	Prieto Valera	Piragüismo: Equipo Nacional
Luis Amado	Pérez Blanco	Piragüismo: Equipo Nacional
Pablo	Santos Fernández	Piragüismo - CTD 2008/2009
Pablo	Moreno Cordero	Piragüismo - CTD 2008/2009
Andoni	Larrauri Fernández	Piragüismo - CTD 2008/2009
Ángel	Rodríguez Martín	Piragüismo - CTD 2008/2009
Bárbara	Barrado Martín	Piragüismo - CTD 2008/2009
Sergi	Oliver Rubio	Piragüismo - CTD 2008/2009
José Alberto	Conde Garrido	Piragüismo - CTD 2008/2009
Andrea	García Fernández	Piragüismo - CTD 2008/2009
Carlota	Álvarez Junquera	Piragüismo - CTD 2008/2009
Paula	García Trabanco	Piragüismo - CTD 2008/2009
David	Fernández Vazquez	Piragüismo - CTD 2008/2009
Alfonso	Benavides López de Ayala	Piragüismo - CTD 2008/2009
Ignacio	Fernández Cuesta	Piragüismo - CTD 2008/2009
Ana	Rosete Díaz	Piragüismo - CTD 2008/2009
Diego José	García Casco	Piragüismo - CTD 2008/2009/2010
Diego	García Álvarez	Piragüismo - CTD 2008/2009/2010
Silvia	Fernández González	Piragüismo - CTD 2008/2009/2010
José Ramón	Estévez López	Piragüismo - CTD 2008/2009/2010
Miguel	Llorens López	Piragüismo - CTD 2008/2009/2010
José Javier	Cano Jiménez	Piragüismo - CTD 2009/2010
Diana	Freiria Troncoso	Piragüismo - CTD 2009/2010
Santiago	Alfonsín González	Piragüismo - CTD 2009/2010
Marc	Manning Dorado	Piragüismo - CTD 2009/2010
Juan Pablo	Barcia Alonso	Remo
Sergio	Cazorro Sanz	Remo - CTD 2008/2009
Héctor	de la Fuente Vicente	Remo - CTD 2008/2009
Jon	Carazo Tobar	Remo - CTD 2008/2009
Andrés	Redondas Maseda	Remo - CTD 2008/2009/2010
Miguel	Suárez Fernández	Remo - CTD 2008/2009/2010
Rubén	Álvarez-Pedrosa Pérez	Remo - CTD 2008/2009/2010
Diego	Diarte Garós	Remo - CTD 2008/2009/2010
Garazi	Bilbao Kareaga	Remo - CTD 2008/2009/2010
Eder	Chavez Martín	Remo - CTD 2009/2010
Pelayo	Hevia Rodríguez	Remo - CTD 2009/2010
Sergio	García Sanjulián	Remo - CTD 2009/2010
Astor	García Álvarez	Snow Board
Pelayo	Suárez Fraga	Surf
David	Fuertes Iglesias	Tenis de Mesa
Javier	Marcos Tamargo	Tenis de Mesa
Felix	González González	Tenis de Mesa
Jorge Carlos	Paramá Cordo	Tenis de Mesa

Nombre	Apellidos	Deporte
Irene	Del Vigo Soto	Tenis de Mesa
Claudia	Cejas Arcos	Tenis de Mesa - CTD 2008/2009
Julio Alberto	Redondo Grasa	Tenis de Mesa - CTD 2008/2009
Sandra	Gómez García	Tenis de Mesa - CTD 2008/2009/2010
Fang Ning	Chen	Tenis de Mesa - CTD 2008/2009/2010
Alba	Rodríguez Díaz	Tenis de Mesa - CTD 2008/2009/2010
Sergio Manuel	López Santos	Tenis de Mesa - CTD 2008/2009/2010
David	Vesperinas Castro	Tenis de Mesa - CTD 2008/2009/2010
Jonathan	García Menéndez	Tenis de Mesa - CTD 2009/2010
Esther	López Muñoz	Tiro con Arco
Andrés	Cuello	Triatlón
Graciela	Pisonero Castro	Vela

ANEXO I





El Gobierno del Principado de Asturias, ha establecido como una de sus prioridades el desarrollo de la Medicina Deportiva, la creación de la Unidad Regional de Medicina Deportiva en colaboración con la Fundación Deportiva Municipal de Avilés es un claro exponente de la importancia que el deporte de alto nivel, y la difusión de la práctica deportiva como un elemento básico en la mejora de la calidad de vida tiene en nuestra Comunidad.

Avilés se convierte nuevamente en sede de las II Jornadas de Deporte y Salud, que permiten el intercambio de conocimientos e información de altísimo nivel científico por todos los profesionales que estos días harán de Asturias referencia Nacional de la Medicina Deportiva.

Esta nueva edición, que mantiene el copyright Asturiano, es y desea mantenerse como un medio de intercambio de conocimientos de los profesionales nacionales e internacionales de la "medicina del deporte", en un ambiente distendido, donde se intercambien conocimientos y momentos de ocio a través de nuestra cultura, por todo ello en nombre del Gobierno del Principado de Asturias os invito a que disfrutéis de vuestra estancia entre nosotros.

MISAEAL FERNÁNDEZ PORRÓN

DIRECTOR GENERAL DE DEPORTES DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS



Coincidiendo con el 30 aniversario de la constitución de la Fundación Deportiva Municipal, tendrá lugar en nuestra ciudad los días 8 y 9 de Junio, las II Jornadas de Deporte y Salud, que organizadas en colaboración con la Dirección General de Deportes del Principado de Asturias, reunirán en nuestra ciudad a la "élite" de la medicina deportiva nacional, formando parte calendario de actos conmemorativos de dicho aniversario.

Fue en el año 1984 cuando el Ayuntamiento de Avilés decidió apostar de forma decidida por impulsar en el ámbito municipal la aplicación de la medicina al deporte. Desde entonces el recorrido a lo largo de estos años nos ha permitido trabajar y conseguir logros seguramente impensables en aquel entonces, hasta convertirse el departamento de medicina deportiva actual en la sede de la Unidad Regional de Medicina Deportiva del Principado de Asturias, colofón a una trayectoria de trabajo y dedicación de las personas que forman o han formado parte de dicho departamento y que, junto con el apoyo de las instituciones y patrocinadores, han hecho posible hacer realidad el sueño de que el nombre de Avilés, figure asociado por méritos propios a la medicina deportiva en nuestro país.

El éxito de la celebración de las I Jornadas de Deporte y Salud en nuestra ciudad en el año 2006, nos motiva a organizar este año nuevamente este acontecimiento tan importante, no solo por lo que supone el reunir a este colectivo de profesionales con el fin de intercambiar opiniones en algo tan trascendental en el ámbito deportivo como es la salud de los deportistas, sino también, para dar a conocer la transformación de una ciudad histórica milenaria que espera con orgullo en el año 2010 la inauguración del Centro Cultural Internacional Oscar Niemeyer, como eje vertebrador del nuevo Avilés.

Deseo que todos los asistentes tengáis una estancia agradable entre nosotros, que disfrutéis de una villa cuyos rincones y calles, su casco histórico, su gastronomía y la hospitalidad de su gente, os harán sentir bien.

PILAR VARELA DÍAZ

ALCALDESA DE AVILÉS

DOMINGO 7

Incorporación de los ponentes y participantes en las Jornadas, a los Hoteles dispuestos para su alojamiento.

LUNES 8

"El Plan Integral de Promoción del Deporte y la Actividad Física. Función de los centros de Medicina Deportiva en la promoción y prescripción de ejercicio"

- I 9:00 H. "El Plan Integral de Promoción del Deporte y la Actividad Física"
JOSÉ LUIS TERREROS (SUBDIRECTOR GENERAL DE DEPORTE Y SALUD C.S.D.)
- I 9:40 H. "Prescripción de ejercicio en patologías. Costes y beneficios"
NARCÍS GUSI (PROF. TITULAR. UNIVERSIDAD DE EXTREMADURA)

PAUSA

- I 11:00 H. "Problemática de la actividad física en edad escolar"
GERARDO VILLA VICENTE (PROF. TITULAR. UNIVERSIDAD DE LEÓN)
- I 11:40 H. "Situación de la actividad física para la salud en Colombia"
EMMANUEL VARGAS (FACULTAD DE MEDICINA, POSTGRADO DE MEDICINA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE, UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA, MEDELLÍN, COLOMBIA)
- I 12:20 H. Debate e intercambio de ideas
- I TARDE Reuniones de planificación de colaboraciones futuras entre los directores médicos de los Centros de Medicina Deportiva oficiales (comunidades autónomas y centros nacionales) y los responsables médicos de CAR y CEAR.

MARTES 9

"La lesión muscular, nuevos conceptos sobre su prevención y tratamiento"

- I 9:00 H. "El Citoesqueletomuscular y su relación con la lesión muscular"
JUAN RIVAS (CATEDRÁTICO DE FISIOLÓGIA, UNIVERSIDAD DE SEVILLA. JEFE DE SERVICIOS MÉDICOS SEVILLA C.F.)
- I 9:40 H. "Bases biológicas de la regeneración muscular: mecanismos comunes con el desarrollo"
JOSE ANTONIO VEGA (CATEDRÁTICO DE ANATOMÍA Y EMBRIOLOGÍA HUMANA; UNIVERSIDAD DE OVIEDO)

PAUSA

- I 11:00 H. "Incidencia de las lesiones musculares en el fútbol profesional: resultados del estudio UCL"
LUIS SERRATOSA (SERVICIOS MÉDICOS REAL MADRID C.F.)
- I 11:40 H. Debate e intercambio de ideas / Redacción de conclusiones finales.

ANEXO II

EL PLAN INTEGRAL PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE. FUNCIÓN DE LOS CENTROS DE MEDICINA DEPORTIVA EN LA PROMOCIÓN Y PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO

INTRODUCCIÓN

Con la celebración en Avilés los días 8 y 9 de junio de las Segundas Jornadas de Trabajo sobre Deporte y Salud a las que asistieron expertos nacionales e internacionales, entre los que se encontraban la mayoría de los directores médicos de los centros nacionales y regionales de Medicina Deportiva y los directores médicos de los Centros de Alto Rendimiento, tuvo lugar un punto de encuentro y debate único a nivel nacional sobre la función de los centros de Medicina Deportiva en la promoción y prescripción de ejercicio y su integración en Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte.

Estas Jornadas sirvieron también para impulsar la creación del Grupo de Trabajo Avilés, dependiente de la Subdirección General de Deporte y Salud del Consejo Superior de Deportes (Presidencia del Gobierno).

Las principales conclusiones de estas Jornadas se han plasmado en un documento de consenso que se expone a continuación:

- Es muy claro el beneficio de la actividad física en la salud de las personas de cualquier edad. Además, los estudios realizados hasta el momento muestran que la relación coste-eficacia es muy buena, constatándose hechos como menos visitas al médico, menor gasto en medicamentos, etc.
- Consideramos que el Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte es una herramienta efectiva para el fomento de la práctica de la actividad física y el deporte en España, que tendrá un efecto positivo sobre el seden-

tanismo y la prevalencia de las patologías a él asociadas, contribuyendo así a la mejora de la salud y la capacidad funcional de los españoles.

- Parece evidente que se deben introducir estudios de coste-eficacia sobre las medidas, acciones y proyectos que van a constituir este Plan, así como de otras iniciativas de fomento de la actividad física para la salud.
- Los Centros de Medicina Deportiva deben jugar un papel fundamental en el Área de Salud del Plan Integral, especialmente en la formación de profesionales y en la prescripción de actividad física para la salud.
- Igualmente parece imprescindible el aumento del número de especialistas en Medicina de la Educación Física y el Deporte. Además, es necesario que el Ministerio de Sanidad reconozca, mediante acciones concretas en atención primaria y/o especializada, la función de la Medicina de la Educación Física y del Deporte en la prescripción y el control del desarrollo de programas de actividad física y deportiva como herramienta efectiva para la mejora de parámetros de salud pública, ya que la prescripción de programas de ejercicio físico a la población son los que vienen demostrando la mejor relación coste-eficacia de todas aquellas actuaciones médicas ante factores de riesgo o enfermedades que tanto preventiva como terapéuticamente son susceptibles de intervención a través del ejercicio físico.
- Es necesario encontrar nuevos parámetros y acordar y unificar entre las diferentes

Grupo de
Trabajo sobre
Deporte y
Salud "Avilés"

Sociedades Científicas y Asociaciones Profesionales los indicadores de la incidencia y evolución del sedentarismo y sus patologías relacionadas. Ello permitiría tener una referencia nacional y poder comparar resultados entre las Comunidades Autónomas para tener un conocimiento real de su incidencia y evolución ante las medidas de intervención a través del ejercicio físico. A tal efecto son necesarias estructuras que coordinen tales observaciones, siendo la Medicina del Deporte una especialidad que ha de tener un papel relevante en esa coordinación.

- Igualmente se constata la necesidad de aumentar los programas de formación sobre actividad física y salud dirigidos al personal sanitario, especialmente a los equipos de atención primaria.

- Por todo ello, los Centros de Medicina del Deporte expresan su apoyo al Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte y su compromiso de colaboración en la implementación de dicho Plan.

CONCLUSIÓN FINAL

Los reunidos constatan la necesidad de mantener periódicamente el contacto entre los responsables de los Centros de Medicina del Deporte de las Comunidades Autónomas, de los CTD, CETD y CAR. Por ello apoyan la creación de un grupo oficial de trabajo en el seno del CSD que permita mantener el intercambio de información y las reuniones necesarias. Igualmente apoyan la creación de un foro propio a través de una página web impulsada y mantenida por el CSD.

ANEXO III



PRESIDENCIA
DEL GOBIERNO



CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES

Director General de Deportes

La Ley 10/1990, del Deporte marca como una de las competencias del Consejo Superior de Deportes la actuación en coordinación con las Comunidades Autónomas respecto de la actividad deportiva general, y la cooperación con las mismas en el desarrollo de las competencias que tienen atribuidas en sus respectivos estatutos. Por otro lado las Comunidades Autónomas, en ejercicio de sus competencias, han ido creando diferentes estructuras con objetivo de prestar asistencia y desarrollar investigación dentro del área de la Medicina del Deporte. Todo ello ha redundado en una mayor seguridad de la práctica deportiva respecto a la salud de los y las deportistas y a mejorar notablemente el conocimiento de los aspectos médicos y biológicos relacionados con la actividad física. Por todo ello podemos afirmar que la Medicina del Deporte española ha alcanzado un nivel preeminente en el contexto internacional.

No obstante, la propia estructura de nuestro Estado de las Autonomías nos hace pensar que un mejor conocimiento y coordinación a nivel nacional de las actuaciones que en esta área de la Medicina del Deporte se desarrollan en las diferentes CC AA puede contribuir a establecer sinergias entre los centros y a mejorar todavía más los resultados asistenciales e investigadores.

Teniendo en cuenta todo lo anterior y escuchando las voces de los técnicos y de los profesionales, que así nos lo aconsejan, hemos tomado la iniciativa de crear, en el seno de la Subdirección General de Deporte y Salud, de un Grupo de Trabajo formado por los responsables de la Medicina del Deporte de cada una de las Comunidades Autónomas, así como por los responsables de los servicios médicos de cada uno de los Centros de Alto Rendimiento, Centros de Tecnificación Deportiva y de los Centros Especializados en Tecnificación Deportiva. También pretendemos abrir este Grupo a representantes de Centros de Medicina del Deporte dependientes de aquellas entidades locales que soliciten su admisión en el grupo.

Habiéndose celebrado las reuniones previas para la creación del Grupo en la ciudad asturiana de Avilés, los asistentes a estas reuniones previas nos piden que le demos el nombre de esa localidad.

Son objetivos de este Grupo de Trabajo Avilés:

- Armonizar el trabajo técnico y profesional de los Centros de Medicina del Deporte que dependen de las entidades públicas.
- Buscar soluciones a problemas de funcionamiento comunes.
- Compartir y mejorar el conocimiento técnico y científico.
- Mejorar la formación de los profesionales que prestan servicio en esos Centros.
- Disponer de un foro de intercambio de ideas, inquietudes e iniciativas en el ámbito profesional.

MARTIN FIERRO S/N
28040 MADRID
TEL. 91589 67 00
FAX: 91 589 66 14



CSD

El Grupo de Trabajo Avilés llevaría a cabo sus actividades a través de medios electrónicos (página Web, foros propios, correo electrónico) y mantendría una reunión anual.

Por ello le ruego de que en caso de que, dependiente del Gobierno del Principado de Asturias exista un Centro u otra estructura que se ocupe específicamente de la Medicina del Deporte, y crea conveniente formar parte del citado Grupo de Trabajo, haga llegar la adjunta solicitud a la Subdirección General de Deporte y Salud de este Consejo Superior de Deportes, con los datos de la estructura y de su responsable, considerando que éste formará parte del Grupo en tanto ocupe ese cargo, siendo reemplazado en caso de dejar de ocuparlo por quién le sustituya.

Madrid, 07 de septiembre de 2009

D. Albert Soler Sicilia
Director General de Deportes del CSD

Misael Fernández Porrón
Director General de Deportes
Principado de Asturias

MARTÍN FIERRO S/N
28040 MADRID
TEL: 915 896 700
FAX: 915 896 614

PÁGINA 3 / 4

FAX: 985106883

ID: D.GENERAL DEPORTES

ARCH NUMB 969 28.09.09 09:36