

Objetivos del curso

El curso tiene como finalidad presentar en un formato eminentemente práctico los fundamentos teóricos y de carácter científico sobre el mantenimiento, desarrollo y optimización de la Fuerza en diferentes poblaciones. Tanto en términos de mejora de la salud como del rendimiento deportivo. Para ello se contará con la participación de profesionales expertos en cada uno de los temas seleccionados, con amplia experiencia y curriculum en el ámbito académico y deportivo.

El curso aborda las temáticas específicas más demandadas en la actualidad, desde la evaluación de esta capacidad física, como los métodos más novedosos en la mejora de esta función a través del entrenamiento. Adicionalmente, se han introducido varias ponencias centradas en los beneficios del trabajo de fuerza demostrados en poblaciones específicas como son las embarazadas, los pacientes con cáncer o la población máster; sin olvidar a los deportistas aficionados en diversas disciplinas colectivas e individuales.



Lugar de celebración del encuentro

Sala de Conferencias de Vicerrectorado de Huesca
Dirección: Ronda Misericordia, 5
22001 Huesca

Teléfono: 974 23 93 85

Más información y matrícula

Secretaría Sede Pirineos- UIMP
Escuela Politécnica Superior- Universidad de Zaragoza
Ctra de Cuarte s/n. 22071 Huesca
Tel.: 974 292 652
pirineos@uimp.es
<http://www.uimp.es/sedes/pirineos.html>

Solicitud de matrícula

Plazo hasta el 3 de octubre de 2017
Precio: 40 € (20€ de tasas académicas y 20 € de tasas administrativas). 36 Euros estudiantes universitarios matriculados en el año 2017/ 2018

Plazas limitadas



PIRINEOS 2017

FUERZA: AL FILO DEL CONOCIMIENTO. DE LA SALUD AL RENDIMIENTO

5 al 6 de Octubre de 2017
Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte (Huesca)

Directores:

Germán Vicente Rodríguez
Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte

Federico García Rueda.
*Dirección General del Deporte
Escuela aragonesa del deporte*

www.uimp.es

Patrocinan:



FUERZA: AL FILO DEL CONOCIMIENTO. DE LA SALUD AL RENDIMIENTO

Interés académico y social del Encuentro

En los últimos 10 años se ha observado un progresivo incremento tanto de la oferta como de las personas que participan actividades dirigidas en la mejora de la salud a través de prácticas deportivas orientadas a potenciar la fuerza muscular. Este fenómeno se entiende desde la perspectiva de eficiencia que los actuales modelos de ejercicio proporcionan a sus participantes, que con un menor tiempo de dedicación obtienen unos resultados óptimos cuantificables en variables relacionadas con la masa muscular, el perfil metabólico y la salud cardiovascular. Igualmente, gracias a la interacción ente los diferentes profesionales de la Salud y del deporte, ha permitido que poblaciones que hace unos años discretamente se veían beneficiadas por este tipo de programas de ejercicio, hoy en día solicita estas metodologías con el objetivo de mejorar su capacidad funcional debido a las evidencias científicas que lo demuestran. Consecuentemente esta demanda tiene un positivo y significativo impacto en la salud pública en los entornos donde se aplican estos programas y en distintos grupos de población desde los niños a los ancianos.

No debemos olvidar los efectos y mejoras en el rendimiento deportivo en distintas modalidades y disciplinas tanto en deportistas de alto rendimiento como en aquellos aficionados o amateurs. Asimismo, en los ámbitos académicos y científicos se observa una creciente oferta de carácter formativo y una también mayor actividad investigadora dirigida a mejorar el conocimiento sobre los fundamentos teórico práctico de la gestión y el entrenamiento de la fuerza.

Programa

Jueves día 5 de Octubre

- 15:45 Inauguración**
Alfredo Serreta Oliván
Director de la sede UIMP-Pirineos
- 16:00 Vivifrail: Mejora de la Funcionalidad en personas frágiles**
Dr. Mikel Izquierdo Redín. *Catedrático y Director del Departamento de Ciencias de la Salud de la Universidad Pública de Navarra*
- 17:30 Beneficio de un programa de Acondicionamiento Físico en embarazadas**
Dra. María Perales. *Profesora Universidad Camilo José Cela*
- 19:00 Estrategias de entrenamiento de Fuerza para la modulación del Metabolismo energético**
Dr. Pedro J. Benito Peinado. *Profesor Titular Universidad Politécnica de Madrid.*

Programa

Viernes, 6 de Octubre

- 09:15 Entrenamiento de Fuerza en población infantil**
Dr. Ignacio Ara Royo. *Profesor Titular Universidad de Castilla la Mancha*
- 10:30 Nuevas tendencias en entrenamiento de Fuerza en amateurs**
Dr. Luís Alegre Durán. *Profesor Titular Universidad de Castilla la Mancha*
- 12:00 Entrenamiento de Fuerza para la mejora del paciente con Cáncer**
Dra. Margarita Pérez Ruiz. *Catedrática Universidad Europea de Madrid*
- 16:00 Entrenamiento de Fuerza en jugadores profesionales en deportes de equipo**
Dr. Julio Calleja González. *Profesor Titular Universidad del País Vasco*
- 17:30 Ultras: ¿Resistencia o Fuerza?. Del corredor popular a la élite**
Dr. Hugo Olmedillas Fernández. *Profesor Titular. Universidad de Oviedo*
- 19:00 Evaluación del proceso de entrenamiento en la mejora de la Fuerza**
Dr. Pedro E. Alcáraz Ramón. *Profesor Titular Universidad Católica de Murcia*
- 20:30 Clausura**
Alfredo Serreta Oliván
Director de la sede UIMP-Pirineos

