

**Seminario de actualización:**

**ANTROPOMETRÍA Y NUTRICIÓN DEPORTIVA. ALTO RENDIMIENTO Y DEPORTE ADAPTADO.**



7 de Julio de 2017

**Sala de Grados. Facultad de Biología, plta. baja.  
Universidad Complutense de Madrid**

# Seminario de actualización.

**7 de Julio de 2017**

**De 9 a 14 h.**

## **INTRODUCCIÓN**

La alta especialización en el deporte requiere cada vez una mayor especificidad morfofuncional. La caracterización antropométrica y la personalización de la atención alimentaria y nutricional son fundamentales, ya que permiten fijar metas tanto para la selección de talentos como para la planificación del entrenamiento y la pericompetencia. Dichas estrategias tienen la finalidad de optimizar el rendimiento y proporcionar ventajas competitivas y son especialmente importantes en circunstancias como el deporte adaptado y paralímpico.

## **OBJETIVO**

Brindar a estudiantes, profesionales e interesados en el área de la antropometría, la salud, las ciencias del ejercicio, el deporte junto a deporte adaptado y el movimiento humano, conocimientos innovadores y útiles para su desarrollo profesional.

## Seminario de actualización.

PROGRAMA		
Horario	Tema	Ponente
09:30 - 10:00	Introducción. Objetivos y presentación.	Dra. María Dolores Cabañas Armesilla
10:00 - 10:30	Perfil antropométrico y la detección de talentos	Prof. César Octavio Ramos García
10:30 - 11:00	Alternativas para la valoración antropométrica en el deporte adaptado	Prof. Francisco Martín Almena
11:00 - 11:15	Sesión de preguntas. Moderador: Dr. Jesús Román Martínez	
11:15 - 11:45	Pausa	
11:45 - 12:15	Estrategias para el análisis de la rehidratación en el deporte: de la tasa de sudoración al balance neto de fluidos	Prof. César Octavio Ramos García
12:15 - 12:45	Estado nutricional de los deportistas paralímpicos: ¿Se alimentan e hidratan correctamente?	Prof. Francisco Martín Almena
12:45 - 13:30	¿El deportista nace o se hace? valoración del estado nutricional y su utilidad en la performance	Dr. Juan Francisco Romero Collazos
13:30 - 13:45	Sesión de preguntas. Moderadora: Dra. María Dolores Marrodán Serrano	
13:45 - 14:00	Cierre de sesión y entrega de certificados	

- Se entregará Certificado de asistencia -

## RESEÑA CURRICULAR DE LOS PONENTES.



### **Dra. María Dolores Cabañas Armesilla**

Profesora Titular del Depto. de Anatomía y E Humanas y Co-Directora del Grupo de Investigación EPINUT (ref. 920325) de la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid. Antropometrista Criterio y ex miembro del Consejo Internacional de ISAK (International Society for the Advancement of Kinanthropometry). Especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte y gastroenterólogas. Ha sido Presidenta del Grupo Español de Cineantropometria (GREC-SEMEDE) y Secretaria de Sociedad Ibérica de Biomecánica y Biomateriales (SIBB) de España y Portugal. Codirectora del Compendio de Cineantropometría y Autora de varios capítulos de libros y diversos artículos. página web: <http://epinut.ucm.es> E-mail: [lolacaba@ucm.es](mailto:lolacaba@ucm.es)



### **Dr. Juan Francisco Romero Collazos**

Doctorado en 1997 con un trabajo sobre “Cineantropometría comparada de ciclistas españoles de elite” Especialista en Antropología Deportiva, es Investigador del grupo EPINUT-UCM. Ha sido docente en las universidades de Alcalá, Complutense y Autónoma de Madrid. Desde hace 22 años ha desarrollado su labor en DeporClinic Clínica de Medicina Deportiva y Fisioterapia. Trabaja en asesoramiento deportivo vinculado con la optimización del estado nutricional, todas las edades y perfiles de competición.

E-mail: [jromeroc@antropologiadeportiva.com](mailto:jromeroc@antropologiadeportiva.com)



### **Mtro. Francisco Martín Almena**

Máster en Antropología Física y en septiembre de 2017 defenderá su trabajo de tesis doctoral titulado “Valoración del estado nutricional de deportistas paralímpicos españoles previo a Londres’2012”. Ha compaginado la investigación en el Departamento de Biología de la Universidad Autónoma de Madrid, con su trabajo como nutricionista desde 2008 a la actualidad.

E-mail: [francisco.martin.almena@hotmail.com](mailto:francisco.martin.almena@hotmail.com)



### **Mtro. César Octavio Ramos García**

Licenciado en Nutrición. Maestro en Nutrición Deportiva. Especialista en Nutrición Deportiva por el Comité Olímpico Internacional, Coordinador de la Licenciatura en Nutrición del Centro Universitario de Tonalá de la Universidad de Guadalajara, México. Antropometrista Nivel 3 acreditado Internacionalmente por la Sociedad Internacional para el Avance de la Cineantropometría (ISAK). Miembro del Consejo Consultivo de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición 2015–2018. Co-fundador del Instituto Iberoamericano de Ciencias del Deporte y el Movimiento Humano.

E-mail: [cesar.ramos@cutonala.udg.mx](mailto:cesar.ramos@cutonala.udg.mx), [cesar.ramos@iicdem.com](mailto:cesar.ramos@iicdem.com)

## COORDINADORES DEL SEMINARIO.



### **Dr. Jesús Román Martínez Álvarez**

Presidente del Comité Científico de la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación (SEDCA). Presidente de la Fundación Alimentación Saludable. Profesor del Grado de Nutrición Humana y Dietética en la Universidad Complutense de Madrid. Miembro del Grupo de Investigación EPINUT (ref. 920325) de la Facultad de Medicina de la UCM, validado desde su creación en 2005. Ha escrito y dirigido varios libros y diversos artículos y documentos de consenso de prestigio internacional.



### **Dra. Mª Dolores Marrodán Serrano**

Profesora Titular de Antropología Física y Co-directora del Grupo de Investigación EPINUT-UCM (ref. 920325). Pertenece al Consejo Directivo del Instituto Universitario de Ciencias Ambientales y de la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación (SEDCA). En el ámbito de la antropometría deportiva, ha trabajado en el perfil, composición corporal y somatotipo de competición en esgrima, ciclismo y judo, entre otros y ha publicado múltiples libros y diversos artículos en revistas de alto impacto científico con gran repercusión mediática.

## RECURSOS SUGERIDOS

International Society Of Sports Nutrition (ISSN)

<http://www.sportsnutritionociety.org>

Journal of the International Society of Sports Nutrition.

<http://www.jissn.com>

International journal of sports nutrition and exercise metabolism. <http://journals.humankinetics.com/ijsnem>

Australian Institute for Sport.

<http://www.ausport.gov.au/ais/nutrition>

Gatorade Sports Science Institute:

<http://www.gssiweb.org/es-mx>

Professionals in Nutrition Exercise and Sport (PINES)

<http://www.pinesnutrition.org/i4a/pages/index.cfm?pageid=1>

G-SE. Grupo Sobre – Entrenamiento

<http://g-se.com/es/>

App Sports Nutrition.

<https://itunes.apple.com/us/app/sports-nutrition/id722000458?mt=8>

## BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

- Bourke, L., & Deakin, V. (2015). Clinical Sports Nutrition: Five Edition.
- Bourke, L. (2010). Nutrición en el deporte: Un enfoque práctico. España, Médica Panamericana.
- Cabañas MD y Esparza F (2009): Compendio de Cineantropometría. Editorial Grupo CTO. Madrid
- Rosenbloom, C. & Coleman, E. (2012). Sport Nutrition A practice Manual for Professionals. 5th edition. USA. Academy of Nutrition and Dietetics.
- Williams, M., Anderson A., & Rawson E. (2012). Nutrition for Health, Fitness and Sport. 10ª Ed. USA. McGraw Hill.

## Seminario de actualización.

### **Inscripción:**

SOCIOS de SEDCA: GRATUITA

No asociados: 20 euros.

La inscripción se realizará exclusivamente *en línea* en la Web:

**[www.nutricion.org](http://www.nutricion.org)**

**Seminario de actualización:**

**ANTROPOMETRÍA Y NUTRICIÓN DEPORTIVA. ALTO RENDIMIENTO Y DEPORTE ADAPTADO.**



7 de Julio de 2017

**Sala de Grados. Facultad de Biología, plta. baja.  
Universidad Complutense de Madrid**