



**UNIDAD REGIONAL DE MEDICINA DEPORTIVA
FUNDACION DEPORTIVA MUNICIPAL DE AVILÉS**

Pabellón Municipal de "El Quirinal"

C/Juan XXIII, 42

33400 - Avilés (ASTURIAS)

(985 56 78 31

Fax 985 56 34 48

e-mail: medicfdm@mrbit.es

RESUMEN de las ACTUACIONES MÉDICAS de la UNIDAD REGIONAL DE MEDICINA DEPORTIVA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS, durante el año 2.004

Deportistas a los que se le prestó asistencia y seguimiento médico deportivo (previa solicitud a la Dirección General de Deportes y aprobación de dicha solicitud):

TOTAL: 150

Prestaciones médicas:

Consultas (médicas o por lesión: 509

Tests de esfuerzo: 158

(93 test de esfuerzo con reconocimiento médico, en laboratorio y 65 test de campo)

Reconocimientos médicos: 71

Planificaciones de entrenamiento: 72

Estudios nutricionales: 12

Analíticas 187

Estudios radiológicos 31

Resonancias Magnéticas Nucleares 14

TOTAL: 1054

**CURSOS organizados por la Unidad Regional de Medicina Deportiva.
Año 2004**

MUERTE SÚBITA EN DEPORTISTAS. ACTUACIÓN EN EL TERRENO DEPORTIVO. REANIMACIÓN CARDIO-PULMONAR AVANZADA.

Con la colaboración de GlaxoSmithKline (GSK).

Director:

Dr. Miguel Roca (La Coruña).

Exclusivo para médicos de centros de medicina deportiva del Principado de Asturias.

26, 27 y 28 de Enero, de 9 a 14 horas y de 16 a 20 horas.

ACTIVIDAD FÍSICA Y NUTRICIÓN PARA MEJORAR LA SALUD DE LOS ADULTOS. 12-13 de Marzo 2004

Directores: Angeles Menéndez Patterson (Catedrática de Fisiología de la

Universidad de Oviedo) y Nicolás Terrados (Director de la Unidad Regional de Medicina Deportiva del Principado de Asturias).

Programa:

Viernes:

-Beneficios de la actividad física para la salud de los adultos.

Nicolás Terrados y Benjamín Fernández García. URMD

-Beneficios de la nutrición correcta para la salud de los adultos.

Angeles M. Patterson. Universidad de Oviedo.

Sábado mañana:

-Actividad física aeróbica saludable para adultos.

Javier Pérez-Landaluce. URMD

-Consejos prácticos para una nutrición saludable para adultos.

Eduardo Iglesias Gutierrez. Universidad de Oviedo.

Sábado tarde:

-Ejercicio de fuerza saludable para adultos.

Julio Tous Fajardo. Universidad Ramón Llull (Barcelona)

-Ejercicios de elasticidad y coordinación saludables para adultos.

Maria Ramos Bueno. Universidad de Salamanca.

LA RECUPERACION DEL DEPORTISTA.

22 y 23 de Octubre de 2.004

Director: Nicolás Terrados.

Programa:

Viernes tarde: Bases fisiológicas de la recuperación de la fatiga

Drs.: Benjamín Fernández y Nicolás Terrados

(Unidad Regional de Medicina Deportiva del Principado de Asturias)

Sábado mañana: Recuperación del deportista, en deportes de equipo

Dr. Luis Serratosa (Servicios Médicos Real Madrid C.F)

Sábado tarde: Nuevas tecnologías aplicables en la recuperación del deportista

Dr. Antonio Tramullas (Servicios Médicos F.C. Barcelona)

CONFERENCIAS impartidas y PONENCIAS en CONGRESOS

IV CURSO DE MEDICINA Y TRAUMATOLOGIA DEL DEPORTE III JORNADAS REGIONALES DE SALUD Y EJERCICIO FISICO

Título: Efecto del ejercicio físico en la salud:

"importancia de los genes"

Ponente: Dr. Nicolás Terrados Cepeda

Fecha: 16 de Enero de 2.004

Lugar: Toledo

SEMINARIO INTERNACIONAL:" TREINO EM ALTITUDE"

Título: "Adaptaciones musculares al entrenamiento en altura moderada"

Ponente: Dr. Nicolás Terrados Cepeda

Fecha: 19 y 20 de Marzo de 2.004

Lugar: Complejo Desportivo de Vila Real de Santo António (PORTUGAL)

Ejercicio físico como fuente de salud
Ponente: Dr. Nicolás Terrados Cepeda
Director de la Unidad Regional de Medicina
Deportiva del Principado de Asturias
Fecha: 23 de Junio de 2.004
Lugar: Hospital San Agustín de Avilés

IV CONGRESO INTERNACIONAL DE LAS CIENCIAS DEL FUTBOL (Organizado por Real Madrid C.F.).

Tema: "Nuevas Patologías en Medicina del Deporte"
Ponente: Dr. Nicolás Terrados Cepeda
Fecha: 18 de Septiembre de 2.004
Lugar: Centro Médico del Real Madrid

III JORNADAS INTERNACIONALES SOBRE INNOVACIONES EN CIENCIAS DEL DEPORTE.

Tema: Detección de talentos, metodologías y protocolo
3ª Ponencia: "Genes relacionados con el ejercicio físico"
Dra. Raquel Ortolano Ríos
Unidad Regional de Medicina Deportiva del
Principado de Asturias.
Fecha: 7 al 9 de Octubre de 2.004
Lugar: Málaga, Instituto Andaluz del Deporte

I JORNADAS INTERNACIONES DE MEDICINA DEPORTIVA

Ponencia: "Aspectos médicos de la recuperación de la fatiga del deportista".
Ponente: Dr. Nicolás Terrados Cepeda
Fecha: 27 de Noviembre de 2.004
Lugar: Hospital Universitario, Zaragoza

LÍNEAS de INVESTIGACIÓN y PROYECTOS de la UNIDAD REGIONAL de MEDICINA DEPORTIVA del PRINCIPADO de ASTURIAS.

Año 2004.

1) Título: Estudio de posibles mecanismos metabólicos y oxidativos implicados en el efecto reductor del ejercicio en los niveles circulantes de homocisteína(códigoPI020665)

Entidad Financiadora: Instituto de Salud Carlos III (FIS)
Desde: 06-Noviembre-2002. Hasta: 06-Noviembre-2005
Cuantía: 17.021

Investigador Responsable: Rafael Venta Olaya
Número de Investigadores: 6

1: Hospital San Agustín, Servicio de Salud del Principado de Asturias y
Fundación Deportiva Municipal de Avilés, Asturias.

Subproyecto 2. Subvencionado por el Consejo Superior de Deportes, Ministerio de Educación y Ciencia.

2) Título: Efectos del ejercicio sobre plataforma vibratoria en la fuerza y la salud de mujeres deportistas jóvenes.código: 12/UPB20/03

Entidad Financiadora: Consejo Superior de Deportes. Ministerio de Educación y ciencia
Desde: 16-Diciembre-2003. Hasta: 16-Diciembre-2004

II. Genes relacionados con el ejercicio físico y la prevención de patologías, en colaboración con:

- Laboratorio de Genética Molecular del Hospital Central de Asturias, Oviedo,
- Departamento de Biología Funcional, Universidad de Oviedo.
- Servicio de Cardiología, Hospital Central de Asturias, Oviedo.

Hasta el 31 de Diciembre de 2004, estuvo en vigor el convenio de colaboración con la Universidad de Oviedo para la realización del proyecto de investigación "Genes que afectan al Rendimiento Físico y a la Prevención de Patologías Deportiva".

PUBLICACIONES CIENTÍFICAS más relevantes. AÑO 2004.

Schroder H, Terrados N, Tramullas A.

Risk assessment of the potential side effects of long-term creatine supplementation in team sport athletes.

European Journal of Nutrition. 2004 Aug 11.

Terrados Cepeda, N.

Medicina y Fisiología de la actividad física y del deporte.

En: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. J. Dosil Díaz (editor). Editorial Síntesis. Madrid España. 2003. Págs: 187-225

ISBN: 84-9756-140-6

Fernández-García, B. y N. Terrados Cepeda.

"La Fatiga del Deportista". Editorial Gymnos, Madrid. 2004.

ISBN: 84-8013-396-1

Terrados Cepeda N., Mora Rodríguez R. y S. Padilla Magunacelaya.

"La Recuperación de la Fatiga del Deportista". Editorial Gymnos, Madrid. 2004.

ISBN: 84-8013-397-X



Ayuntamiento de Avilés



FUNDACIÓN DEPORTIVA
MUNICIPAL DE AVILÉS



GOBIERNO DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS