



**MEMORIA de la UNIDAD REGIONAL de
MEDICINA DEPORTIVA del PRINCIPADO DE
ASTURIAS
- 2008 -**

**RESUMEN de las PRESTACIONES MÉDICAS de la
UNIDAD REGIONAL de MEDICINA DEPORTIVA del
PRINCIPADO de ASTURIAS durante 2008**

La novedad más importante a destacar durante el curso 2008, ha sido la posibilidad de realizar ecografías para el diagnóstico preciso de lesiones musculares, tendinosas y ligamentosas, gracias al ecógrafo portátil adquirido a finales de 2007, con el patrocinio de la Obra Social de Cajastur, con el que (tras un curso de formación impartido por el especialista Dr. Fernando Jiménez), se han realizado más de 400 ecografías diagnósticas.

También es importante mencionar la realización de un Estudio Nutricional a los jóvenes deportistas del CTD de Trasona, gracias a la presencia en nuestras instalaciones (por un convenio de colaboración con la Universidad de Navarra), de Alba Reguant Closa, titulada en Farmacia y Nutrición por dicha Universidad. Las conclusiones de dicho estudio se están aplicando a los deportistas de manera escalonada y fueron presentadas en el Congreso Mundial del Deporte en Noviembre de 2008.

Por último, habría que destacar la presencia de estos Servicios Médicos en múltiples eventos científicos relacionados con la Medicina en el Deporte.

RECURSOS HUMANOS

Durante el año 2008 el personal del Departamento de Medicina del Deporte de la 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

Enfermera / Fisioterapeuta:

Dña. Tania Fernández González

Auxiliar Administrativo:

D. Eleuterio Rodrigo Juan

MEMORIA 2008

Paralelamente a su función como Servicio de Medicina Deportiva de la Fundación Deportiva Municipal de Avilés, este centro realiza las funciones de Unidad Regional de Medicina Deportiva del Principado de Asturias.

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 2008 fue de **178**.

Las **prestaciones médicas** a dichos deportistas durante el año **2008** fueron **1465**.

RESUMEN de las Prestaciones médicas a deportistas de la URMD

- CONSULTA MÉDICA	310
- REVISIÓN DE LESIÓN.....	114
- ANALÍTICA DE SANGRE	201
- CONSULTA DE ANALÍTICA.....	201
- CONTROL DE PESO Y GRASA	53
- ESTUDIO NUTRICIONAL	56
- ECOGRAFÍAS	67
- RESONANCIAS M. NUCLEARES	5
- RADIOGRAFÍAS	22
- SCANNER	1
- PLANIFICACIÓN DE ENTRENAMIENTOS	37
- RECONOCIMIENTO MÉDICO	99
- SESION DE FISIOTERAPIA	149
- TEST DE CAMPO	59
- TEST DE ESFUERZO	91
TOTAL:	1465

Prestaciones a Deportistas de la URMD.

-Por Deporte-

- ARBITRAJE	14
- ATLETISMO	339
- BADMINTON	105
- BALONCESTO	4
- BOXEO	7
- CICLISMO	90
- ESQUÍ ALPINO	5
- FÚTBOL	5
- JUDO	31
- MONTAÑA	12
- NATACIÓN	97
- NATACIÓN SINCRONIZADA	3
- PÁDEL	5
- PATINAJE	74
- PIRAGÜISMO	335
- REMO	180
- SURF	8
- TENIS	60
- TENIS DE MESA	68
- TRIATLÓN	17
- VELA	6
TOTAL:	1465

**RESUMEN DE LAS ACTIVIDADES CIENTÍFICAS Y
DOCENTES, REALIZADAS POR LA UNIDAD REGIONAL
DE MEDICINA DEPORTIVA DEL PRINCIPADO DE
ASTURIAS DURANTE EL AÑO 2008**

INVESTIGACIÓN

CONFERENCIAS Y PONENCIAS

VI CURSO DE MEDICINA Y TRAUMATOLOGÍA EN EL DEPORTE Y V JORNADAS REGIONALES DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y EL EJERCICIO FÍSICO

Toledo, 11 y 12 de Enero de 2008.

Organizado por el Colegio Oficial de Médicos de Toledo y la Consejería de Sanidad de Castilla La Mancha.

Ponencia: “METABOLISMO DEL TENIS EN TIERRA BATIDA”.

Dr. Nicolás Terrados Cepeda

SIMPOSIUM COPA DEL REY 2008 (BALONCESTO)

Vitoria, 7 y 8 de Febrero de 2008.

Ponencia: “MÉTODOS DE RECUPERACIÓN POSTPARTIDO”.

Dr. Nicolás Terrados y Dr. Antonio Tramullas

I SIMPOSIO INTERNACIONAL DE ENTRENAMIENTO EN ALTURA

Granada, 14, 15 y 16 de Febrero de 2008.

Ponencia: “GENES, ALTITUD Y SALUD”.

Dr. Nicolás Terrados Cepeda

II CONGRESO INTERNACIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE Y IV SEMINARIO NACIONAL DE NUTRICIÓN, MEDICINA Y RENDIMIENTO EN EL JOVEN DEPORTISTA

Pontevedra, 8, 9 y 10 de Mayo de 2008.

Organizado por la Universidad de Vigo y el Ayuntamiento de Pontevedra.

Ponencia: “FATIGA Y MEDIOS DE RECUPERACIÓN DEL DEPORTISTA”.

Dr. Nicolás Terrados Cepeda

Ponencia: “LA NUTRICIÓN DEL DEPORTISTA COMO MEDIO DE RECUPERACIÓN”.

Dr. Nicolás Terrados Cepeda

II CONGRESO INTERNACIONAL DE AVANCES EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

Sevilla, 23 y 24 de Mayo de 2008.

Organizado por VF sport.

Ponencia: “IMPORTANCIA DE LA CUANTIFICACIÓN DE LAS CARGAS DE TRABAJO PARA AJUSTAR LA RECUPERACIÓN Y LA NUTRICIÓN”.

Dr. Nicolás Terrados Cepeda

XIX JORNADAS DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE MÉDICOS DEL BALONCESTO

San Sebastián, 25 al 28 de Junio de 2008.

Organizado por el Servicio Médico del San Sebastián Gipuzkoa Basket y la Asociación Española de Médicos de Baloncesto.

Dr. Nicolás Terrados Cepeda

Ponencia: “NUEVOS CONCEPTOS EN LA VALORACIÓN FISIOLÓGICA”

XIX JORNADAS DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE MÉDICOS DEL BALONCESTO

San Sebastián, 25 al 28 de Junio de 2008.

Organizado por el Servicio Médico del San Sebastián Gipuzkoa Basket y la Asociación Española de Médicos de Baloncesto.

J. Calleja, J. Seco, A. Tramullas, J. Lekue, X. Leibar, N. Terrados

Comunicación: "FERRITINA BASAL EN JUGADORES DE ÉLITE DE BALONCESTO CON Y SIN TRATAMIENTO PROFILÁCTICO DE HIERRO"

*(COMUNICACIÓN PREMIADA CON EL PREMIO "D. RAIMUNDO SAPORTA")

LXVIII CURSOS DE VERANO: "EL MOVIMIENTO OLÍMPICO COMO FORMA DE CULTURA, EDUCACIÓN Y SALUD"

Oviedo, 30 de Junio a 4 de Julio de 2008.

Organizado por la la Universidad de Oviedo.

Conferencia: "EL PLAN ADO. LA PREPARACIÓN DE BARCELONA '92".

Dr. Nicolás Terrados Cepeda

5TH INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE ON KINESIOLOGY

Zagreb, 10 al 14 de Septiembre de 2008.

Organizado por la Universidad de Zagreb.

Ponencia: "NEW ASPECTS OF ALTITUDE TRAINING, GENES AND HEALTH".

Dr. Nicolás Terrados Cepeda

XXX CONGRESO MUNDIAL FIMS DE MEDICINA DEL DEPORTE

Barcelona, 18 al 23 de Noviembre de 2008.

Organizado por la Federación Internacional de Medicina del Deporte (FIMS)

Miembro del Comité Científico: Dr. Nicolás Terrados Cepeda

XXX CONGRESO MUNDIAL FIMS DE MEDICINA DEL DEPORTE

Barcelona, 18 al 23 de Noviembre de 2008.

Organizado por la Federación Internacional de Medicina del Deporte (FIMS)

Ponencia: “PHYSIOLOGIC AND MEDICAL NEWNESS IN POST-COMPETITION RECOVERY”.

Dr. Nicolás Terrados Cepeda

XXX CONGRESO MUNDIAL FIMS DE MEDICINA DEL DEPORTE

Barcelona, 18 al 23 de Noviembre de 2008.

Organizado por la Federación Internacional de Medicina del Deporte (FIMS)

Comunicación científica: “INFLUENCE OF SPORT AND SEASON PERIOD ON THE DIETARY INTAKE OF ADOLESCENT ROWERS AND KAYAKERS”.

Reguant A., Terrados N.

III JORNADAS DE ALIMENTACIÓN Y SALUD

Oviedo, 27 de Noviembre de 2008.

Organizado por Central Lechera Asturiana

Mesa Redonda: “IMPORTANCIA DEL EJERCICIO FÍSICO EN LA PREVENCIÓN DE PATOLOGÍAS INFANTILES”.

Dr. Nicolás Terrados Cepeda

INVESTIGACIÓN

PUBLICACIONES CIENTÍFICAS

Terrados Cepeda, Nicolás y .Calleja González, Julio (eds).

“Fisiología, entrenamiento y medicina del baloncesto”.

Editorial Paidotribo, Barcelona, España. 2008

ISBN: 978-84-8019-985-8

Calleja, J., Lekue, J.A., Leibar, X., Seco, J., Vaquera, A. and N. Terrados.

Enzymatic and metabolic responses to competition in elite junior male basketball players.

PERCEPTUAL MOTOR AND SKILLS, 4: 91-103, 2008.

Claudia Iñesta, Nicolás Terrados, Daniel García, José A. Pérez.

“Heart Rate in Professional Musicians”.

Journal of Occupational Medicine and Toxicology. 2008, 3: 16-27

Olmedillas, H., Calleja-González, J., Mjaanes, J., Terrados, N.

“Differences in Physical Capacities between Spanish Junior Male Basketball Players According to Their Final Level of Adult Performance (Elite vs. Non-Elite)”.

Book of Abstracts. 13Th Annual Congress of the European College of Sport Science. 2008

Julio Calleja, Jose A. Lekue, Xabier Leibar, Jesús Seco, Alejandro Vaquera, Nicolás Terrados.

“Enzymatic and Metabolic Responses to Competition in Elite Junior Male Basketball Players”.

Iberian Congress on Basketball Research. 2007, 4, 83-86

OTROS

Dr. Nicolás Terrados Cepeda:

Participación en calidad de experto en la elaboración del Proyecto de las Enseñanzas Mínimas del Bloque Común de las Enseñanzas Deportivas.

-Ministerio de Educación, Política Social y Deporte-

REVISTA *DSE*, DEPORTE, SALUD Y ENTRENAMIENTO

Se publicó el octavo número de la Revista “DSE. Deporte, Salud y Entrenamiento”, editada por la Consejería de Cultura, Comunicación Social y Turismo del Principado de Asturias. Correspondiente al año 2008, que salió de la imprenta en Enero de 2009.

En dicho número aparecen los siguientes artículos:

EL EJERCICIO COMO FUENTE DE SALUD EN EL NIÑO Y EL ADULTO

Dr. Nicolás Terrados Cepeda

NIÑOS, EJERCICIO, OBESIDAD Y ESTILO DE VIDA

Dr. Javier Pérez-Landaluce

ANEMIAS NUTRICIONALES

Dr. Xabier Leibar / Dr. Nicolás Terrados

DSO

Nº 8 • ENERO 2009

DEPORTE, SALUD Y ENTRENAMIENTO



El EJERCICIO FISICO
COMO FUENTE DE
SALUD EN EL NIÑO
Y EL ADULTO

-
-
-
-
-
-
-
-

i

NIÑOS, EJERCICIO,
OBESIDAD Y
ESTILO DE VIDA

i

ANEMIAS NUTRICIONALES

ii

Entrenamiento
Ponderado de Actividad
1201-1210



**LISTADO DE DEPORTISTAS AUTORIZADOS POR LA
DIRECCIÓN REGIONAL DE DEPORTES DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS PARA la URMD.
DURANTE EL AÑO 2008**

AUTORIZACIONES a DEPORTISTAS, URMD 2008

Nombre	Apellidos	Deporte
Rómulo	Álvarez Zárate	Arbitraje (Fútbol)
Francisco	Villanueva Díaz	Arbitraje (Fútbol)
César	Muñiz Fernández	Arbitraje (Fútbol)
Aurelio	Asensio Rodríguez	Arbitraje (Fútbol)
José Manuel	Fernández Miranda	Arbitraje (Fútbol)
Javier Hugo	Novoa Robles	Arbitraje (Fútbol)
Damián	Abril de la Horra	Arbitraje (Fútbol)
Manuel Enrique	Mejuto González	Arbitraje (Fútbol)
Alberto	Pérez Iglesias	Arbitraje (Rugby)
Paula	Martínez Cacheiro	Atletismo
Carlos	Alonso García	Atletismo
Lisardo	Díaz Lobo	Atletismo
Jorge	Suárez Rodríguez	Atletismo
Patricia	González González	Atletismo
Íñigo	Llamedo Vega	Atletismo
Andrés	Capellán Villa	Atletismo
Irene	Alfonso García	Atletismo
Nazaret	Viesca Colina	Atletismo
Magnolia	Iglesias Álvarez	Atletismo
Eduardo	Suárez García	Atletismo
Aitor	Fernández De La Coba	Atletismo
Raquel	Suarez Pedrosa	Atletismo
Ana Isabel	Alonso De La Coba	Atletismo
David	Testa Alonso	Atletismo
Maica	Rodríguez Suárez	Atletismo
Andrea	Fernández Valledor	Atletismo
Wanda	Sánchez García	Atletismo
Carmen	Sánchez Parrondo	Atletismo
Alberto	Valdavidia de la Puente	Atletismo
Daniel	Suárez Rodríguez	Atletismo
Francisco Javier	García Cobián	Atletismo
Tatiana	Vázquez Morán	Atletismo
María	García González	Atletismo
María Priscilla	Schlegel Mosegui	Atletismo
Ángela	Arias López	Badminton - CTD 2007/2008
Marina	Sánchez Revuelta	Badminton - CTD 2007/2008
Nelson	Javier Ozuna	Badminton - CTD 2007/2008
Marta	García Artime	Badminton - CTD 2007/2008
María	Vijande Alonso	Badminton - CTD 2008/2009
Rodolfo	Ramírez García	Badminton - CTD 2008/2009
Mario	González Molina	Badminton - CTD 2008/2009
Alberto	Vijande Alonso	Badminton - CTD 2008/2009
David	Durán Vázquez	Badminton - CTD 2008/2009
Raquel	Miguens Turnes	Badminton - CTD 2008/2009
Jaime	González Caso	Badminton - CTD 2008/2009
Laia	Oset Moncho	Badminton - CTD 2008/2009

Nombre	Apellidos	Deporte
Elena	Fernández Arboleya	Badminton - CTD 2008/2009
Óscar	Martínez Salán	Badminton - CTD 2008/2009
Alberto	Zapico Antuña	Badminton - CTD 2008/2009
Claudia	Martín Fernández	Badminton - CTD 2008/2009
José Manuel	Suárez Menéndez	Badminton - CTD 2008/2009
Daniel	Álvarez González	Badminton - CTD 2008/2009
Luis Enrique	Peñalver Pereira	Badminton - CTD 2008/2009
Daniel	Sánchez Larssen	Badminton - CTD 2008/2009
Paulo	Fernández Fernández	Baloncesto
Juan	Del Valle Morán	Boxeo
Jorge	Llano Montes	Ciclismo
Daniel	Ania González	Ciclismo
Pablo	Collado Rodríguez	Ciclismo
Raul	Santamarta Valbuena	Ciclismo
Daniel	Navarro García	Ciclismo
Higinio	Fernández Suárez	Ciclismo
Ignacio	Alonso-Redondo Martín	Esquí Alpino
Pedro	Quintana Arias	Esquí de Fondo
Irene	Del Río Peláez	Fútbol
Vanessa	Fernández Álvarez	Jiu Jitsu
Iván	Cabricano Mejuto	Jiu Jitsu
Laura	Alonso Velasco	Jiu Jitsu
Maite	Ania González	Jiu Jitsu
Jesús	Verano Fernández	Judo
David	Fernández Rodríguez	Judo
Jonathan	Fernández García	Judo
Patricia	Bueno Meana	Judo
Valentín	Marcos Nieto	Karate
Rosa M ^a	Fernández Rubio	Montañismo
Sara	García Alonso	Natación
Laura	Mimbrera Blanco	Natación - CTD 2007/2008
Cristina	Rodríguez Bouzo	Natación - CTD 2007/2008
Abel	García Anido	Natación - CTD 2008/2009
Iván	Morillas De Diego	Natación - CTD 2008/2009
Diego	García Rapado	Natación - CTD 2008/2009
Wenceslao	Piedra Cascón	Natación - CTD 2008/2009
Laura	Fernandez Rodriguez	Natación - CTD 2008/2009
Álvaro	García Pastor	Natación - CTD 2008/2009
Gonzalo	Rodríguez Valdés	Natación - CTD 2008/2009
Adriana	Rodríguez Fernández	Natación - CTD 2008/2009
Emma	García Trueba	Natación - CTD 2008/2009
María	Cortés Fernández	Natación - CTD 2008/2009
Sara	Pérez Sala	Natación - CTD 2008/2009
Rebeca	López Prieto	Natación Sincronizada
Sara	Sanjuan Pardavila	Natación Sincronizada
Jorge	Manassera Spanpinatto	Pádel
Sara	Fernández Díez	Patínaje
Alberto	Agrela González	Patínaje

Nombre	Apellidos	Deporte
Sheila	Posada Guerra	Patinaje
Julieta	González Iglesias	Patinaje
Lucía	Álvarez Prendes	Patinaje
Fernando	Mejía Medina	Patinaje
Adrián	García Alonso	Patinaje
Iván	García López	Patinaje
Tatiana	Magadán Laria	Patinaje
Lorena	Iglesias Fernández	Patinaje
Abel	Martínez Rodríguez	Patinaje
Jorge	Fernández Cantero	Patinaje
Jessica	Rodríguez Álvarez	Patinaje
Noelia	Nachón Fernández	Patinaje
Ronan	Sanchez García	Patinaje
Sergio	Fernández Pérez	Patinaje
Irene	Reyes Macarro	Patinaje
Jaime	Garrido García	Pentatlon Moderno
Rafael	García Pérez	Pentatlon Moderno
Lucas	Ojanguren Fernández	Pentatlon Moderno
Javier	Cabañín Barturen	Piragüismo
Damián	Vindel Hernández	Piragüismo
Francisco	Llera Blanco	Piragüismo
Mª Isabel	García Suárez	Piragüismo
Jana	Smidakova Comprokova	Piragüismo
Lucía	Valle Fernández	Piragüismo
María	García García	Piragüismo
Javier	Herranz Agüeria	Piragüismo
Javier	Fernández Castañón	Piragüismo
Belén	García Vallina	Piragüismo - CTD 2007/2008
Joan	Bargaoanu	Piragüismo - CTD 2007/2008
Pablo	Bouzán Alonso	Piragüismo - CTD 2007/2008
Ignacio	González Prieto	Piragüismo - CTD 2007/2008
Aaron	Ojeda Martín	Piragüismo - CTD 2007/2008
Carlos	Miguel García	Piragüismo - CTD 2007/2008
Jaime	Marcos Lorenzo	Piragüismo - CTD 2007/2008
Manuel	Robles Román	Piragüismo - CTD 2007/2008
Cristian Isaac	Toro Carballo	Piragüismo - CTD 2007/2008
Ignacio	Fernández Cuesta	Piragüismo - CTD 2008/2009
Bárbara	Barrado Martín	Piragüismo - CTD 2008/2009
Alfonso	Benavides López de Ayala	Piragüismo - CTD 2008/2009
Ángel	Rodríguez Martín	Piragüismo - CTD 2008/2009
Silvia	Fernández González	Piragüismo - CTD 2008/2009
Diego	García Álvarez	Piragüismo - CTD 2008/2009
Ana	Rosete Díaz	Piragüismo - CTD 2008/2009
José Ramón	Estévez López	Piragüismo - CTD 2008/2009
Andrea	García Fernández	Piragüismo - CTD 2008/2009
Andoni	Larrauri Fernández	Piragüismo - CTD 2008/2009
Pablo	Moreno Cordero	Piragüismo - CTD 2008/2009
José Alberto	Conde Garrido	Piragüismo - CTD 2008/2009

Nombre	Apellidos	Deporte
Paula	García Trabanco	Piragüismo - CTD 2008/2009
Carlota	Álvarez Junquera	Piragüismo - CTD 2008/2009
David	Fernández Marqués	Piragüismo - CTD 2008/2009
Miguel	Llorens López	Piragüismo - CTD 2008/2009
Sergi	Oliver Rubio	Piragüismo - CTD 2008/2009
Pablo	Santos Fernández	Piragüismo - CTD 2008/2009
Álvaro	García Fernández	Remo - CTD 2007/2008
Rodrigo	Villanueva Yanes	Remo - CTD 2007/2008
Esperanza	Castejón Kivikanta	Remo - CTD 2007/2008
Andrea	Cue Badiola	Remo - CTD 2007/2008
Jon	Carazo Tobar	Remo - CTD 2008/2009
Héctor	de la Fuente Vicente	Remo - CTD 2008/2009
Dario	Fernández Rey	Remo - CTD 2008/2009
Sergio	Cazorro Sanz	Remo - CTD 2008/2009
Diego	Diarte Garos	Remo - CTD 2008/2009
Garazi	Bilbao Kareaga	Remo - CTD 2008/2009
Miguel	Suárez Fernández	Remo - CTD 2008/2009
Andrés	Redondas Maseda	Remo - CTD 2008/2009
Rubén	Álvarez-Pedrosa Pérez	Remo - CTD 2008/2009
Irene	Rehberger Bescos	Tenis
Kazeem Ahmed	Kolawolf	Tenis de Mesa
Félix	González González	Tenis de Mesa
Wang	Ying	Tenis de Mesa
Jorge Carlos	Paramá Cordo	Tenis de Mesa
Pablo	Arteaga Miguel	Tenis de Mesa - CTD 2007/2008
Pelayo	Suárez Panizo	Tenis de Mesa - CTD 2007/2008
Claudia	Cejas Arcos	Tenis de Mesa - CTD 2008/2009
Sergio Manuel	López Santos	Tenis de Mesa - CTD 2008/2009
Alba	Rodríguez Díaz	Tenis de Mesa - CTD 2008/2009
Fang Ning	Chen	Tenis de Mesa - CTD 2008/2009
Julio Alberto	Redondo Grasa	Tenis de Mesa - CTD 2008/2009
David	Vesperinas Castro	Tenis de Mesa - CTD 2008/2009
Sandra	Gómez García	Tenis de Mesa - CTD 2008/2009
Esther	López Muñoz	Tiro con Arco
Andrés	Cuello	Triatlón
Graciela	Pisonero Castro	Vela