



Fútbol: la suplementación en el rendimiento



06.juin 2018

Cod. 002-18

Modalité:

En personne

Édition

2018

Type d'activité

Journée professionnelle

Date

06.juin 2018

Location

Eibar, Ipurua

Langues

Espagnol Basque

Reconnaissance officielle par l'État

10 heures

Comité d'organisation



Description

Los idiomas oficiales del curso son el euskera y el español. No se habilitará servicio de traducción.

Los suplementos son un tema de actualidad en el mundo del fútbol. Con frecuencia se utilizan para incrementar el rendimiento, mejorar la recuperación o mantener la salud general. Es importante considerar que casi nunca hay una necesidad de suplementos si la dieta del jugador/a es saludable, variada y equilibrada, pero hay excepciones donde los suplementos pueden ayudar al rendimiento o a la recuperación, debiendo consumirse para *complementar* una dieta equilibrada saludable y no como un reemplazo de esta.

La industria de los suplementos deportivos es un negocio multimillonario en constante crecimiento, con miles de variedades disponibles a nivel comercial que afirman mejorar la fuerza muscular, la potencia, la velocidad o la resistencia, así como prevenir y promover la recuperación de enfermedades o lesiones. Dado que todos los indicadores de rendimiento físico mencionados son relevantes para el/la futbolista profesional, es poco sorprendente que los jugadores/as de élite, entrenadores/as y personal de ciencias del deporte se sientan un tanto abrumados cuando se enfrentan al reto de desarrollar una estrategia de suplementación práctica y basada en la evidencia científica que soporte los partidos y entrenamientos de fútbol

Objectifs

Analizar las últimas tendencias en suplementación en el fútbol.

Discutir dichas tendencias, así como sus aplicaciones tanto en el fútbol de rendimiento como en el de formación.

Collaborateurs spécifiques au cours



Programme

06 06 2018

09:00 - 09:30	Acreditación y entrega de documentación
09:30 - 09:45	“Presentacion de la Jornada: "Planteamientos generales sobre la Suplementación y la Ergogenia en el Fútbol"” Alberto Fernández Morán SD Eibar - Jefe de los Servicios Médicos
09:45 - 10:00	Conférence Aurora Cid Alonso SD Eibar - Nutricionista
10:00 - 10:15	Conférence Pablo López Cáceres Recreativo de Huelva - Nutricionista
10:15 - 10:30	Conférence Albert Martínez Sanromà RCD Espanyol - Nutricionista
10:30 - 11:15	Table ronde: “Nutrición equilibrada en distintas edades. Suplementación básica. Especificidades en Categorías Inferiores” Asier Zubillaga Zubiaga UPV/EHU - Director Departamento Educación Física y Deportiva (Modérateur) Teresa Gaztañaga Aurrekoetxea Hospital Quirón Donostia - Médico Nutricionista Aurora Cid Alonso SD Eibar - Nutricionista Pablo López Cáceres Recreativo de Huelva - Nutricionista Albert Martínez Sanromà RCD Espanyol - Nutricionista
11:15 - 11:45	Pause
11:45 - 12:00	“Presentación Oficial” Amaia Gorostiza SD Eibar - Presidenta Asier Zubillaga Zubiaga UPV/EHU - Director Departamento Educación Física y Deportiva Álvaro Alzaga Vizcarra AXA - Director Territorial Norte
12:00 - 12:20	“Organización nutricional en equipos de alto nivel Europeo” Mireia Porta Oliva Tottenham Hotspurs Football Club - Nutricionista
12:20 - 12:40	“Organización nutricional en equipos femeninos de élite” Bárbara Sánchez Márquez Madrid Club de Fútbol Femenino - Nutricionista
12:40 - 13:00	“Influencia de la Microbiota en la salud de los deportistas” M^a Antonia Lizarraga FC Barcelona - Nutricionista
13:00 - 13:20	“Últimos avances en Suplementación Ergogénica en Fútbol” Julio Calleja --- UPV/EHU Prep. físico de deportistas de élite - Preparación Física
13:20 - 14:00	Table ronde: “La Nutrición y la Suplementación en equipos de élite” Maite Fuentes Azpiroz UPV/EHU - Facultad de Educación y Deporte (Modérateur) Ricardo Jiménez Mangas Real Unión Club - Jefe de Servicio Médico

Mireia Porta Oliva | Tottenham Hotspurs F.C. - Nutricionista
Bárbara Sánchez Márquez | Madrid Club de Fútbol Femenino - Nutricionista
M^a Antonia Lizarraga | FC Barcelona - Nutricionista
Julio Calleja --- | UPV/EHU - Profesor agregado y preparador físico

14:00 - 15:00	Pause
15:00 - 15:15	Conférence Igor Jauregi Iraola SD Eibar - Psicólogo
15:15 - 15:30	Conférence Joseba del Carmen Lasa Coach deportivo de Jon Rahm
15:30 - 15:45	Conférence Isusko Perez Ortuzar Athletic Club - Fisioterapeuta Jesús María López Alfonso Athletic Club - Fisioterapeuta
15:45 - 16:00	Conférence Julio Calleja --- UPV/EHU - Profesor Agregado y preparador físico de deportistas de élite
16:00 - 16:30	Table ronde: “Otras ayudas ergogénicas: Psicología, Coaching, Fisioterapia, Preparación Física” javier Barrio Martínez Deportivo Alavés - Jefe de Servicio Médico (Modérateur) José Manuel González de Suso Real Sociedad de Fútbol - Jefe de Servicio Médico Igor Jauregi Iraola SD Eibar - Psicología Deportiva Joseba del Carmen Lasa Deportivo Alavés - Coach Deportivo Isusko Perez Ortuzar Athletic Club - Fisioterapia Jesús María López Alfonso Athletic Club - Fisioterapeuta Julio Calleja --- UPV/EHU Prep. físico de deportistas de élite - Preparación física
16:30 - 18:00	Table ronde: “¿Qué es el deporte profesional? El punto de vista de los deportistas y entrenadores” Jorge Cerrato Agirre EITB - Periodista deportivo (Modérateur) Jose Luis Mendilibar Etxebarria SD Eibar - Entrenador Markel Irizar Aranburu Helene Alberdi Sololuze 3 ^a Campeonato España Media y Larga distancia, Médico residente en el Hospital de Mendaro - Triatrón Eli Ibarra Rabancho SD Eibar, Athletic Club, miembro Selección Española de fútbol - Jugadora Natxo Lezkano Moya Club Baloncesto Breogán (Liga ACB) - Entrenador Leire Olaberria Pista y Ruta, Juegos Olímpicos - Ciclista Andoni Iraola Sagarna Exjugador del Athletic Club - Entrenador AEK Larnaca
18:00 - 18:05	“Clausura”

Directed by



Julio Calleja ---

UPV/EHU

Julio Calleja-González est titulaire d'un doctorat en sciences de l'activité physique et du sport et d'un diplôme en éducation physique de l'université du Pays basque. Diplôme en mouvements sportifs humains de l'université de Cardiff (Pays de Galles). Master en haute performance sportive du Comité olympique espagnol et de l'université autonome de Madrid et master en recherche de l'université du Pays basque. En outre, il a effectué des séjours post-doctoraux aux États-Unis, en Argentine, en Angleterre, en Croatie, en Espagne et en France : États-Unis, Argentine, Angleterre, Croatie, Norvège et Australie. Il est entraîneur qualifié en : basket-ball, athlétisme et natation. Julio Calleja a été l'entraîneur personnel d'athlètes d'élite tels qu'Alberto Iñurategui (hymalayaniste de haut niveau), Eneko Acero (bi-champion d'Europe de surf), Clemente Alonso (triathlète international IRON MAN) et Yahaira Aguirre (Yudoka international). Il a également été préparateur physique pour la Fédération espagnole de basket-ball.



Alberto Fernández Morán

SD Eibar

Alberto Fernández ha sido en los últimos 15 años responsable de los servicios médicos del Saski Baskonia, club vitoriano de la Liga ACB y de Euroleague de baloncesto. Especializado en Medicina de la Educación Física y el Deporte, con varios masters universitarios en diferentes ramas de la medicina del deporte, Alberto Fernández cuenta en su curriculum, además de sus 15 años en el Saski Baskonia S.A.D., haber estado al frente en diferentes épocas de los servicios médicos de diferentes equipos de la selección vasca de fútbol, la selección española sub-20 de baloncesto, el Deportivo Alavés, o Amurrio Club, entre otros. Además de todo ello ha dirigido desde el año 1994 varios centros privados de Medicina del Deporte, ha ejercido como organizador y agente de controles de dopaje, ha sido profesor y ponente de varios masters, conferencias, master class y ciclos formativos en materia de medicina y fisioterapia del deporte del deporte, así como médico de urgencias y atención primaria en Osakide

Professeurs



Helene Alberdi Sololuze

Triatlón, 3ª Campeonato España Media y Larga distancia, Médico residente en el Hospital de Mendaro.



javier Barrio Martínez

Club Deportivo Alavés

MEDICO ESPECIALISTA EN MEDICINA DEL DEPORTE. Responsable MEDICO DEL ALAVES DE PRIMERA DIVISION DE FUTBOL



Julio Calleja ---

UPV/EHU

Julio Calleja-González est titulaire d'un doctorat en sciences de l'activité physique et du sport et d'un diplôme en éducation physique de l'université du Pays basque. Diplôme en mouvements sportifs humains de l'université de Cardiff (Pays de Galles). Master en haute performance sportive du Comité olympique espagnol et de l'université autonome de Madrid et master en recherche de l'université du Pays basque. En outre, il a effectué des séjours post-doctoraux aux États-Unis, en Argentine, en Angleterre, en Croatie, en Espagne et en France : États-Unis, Argentine, Angleterre, Croatie, Norvège et Australie. Il est entraîneur qualifié en : basket-ball, athlétisme et natation. Julio Calleja a été l'entraîneur personnel d'athlètes d'élite tels qu'Alberto Iñurrategui (himalayaniste de haut niveau), Eneko Acero (bi-champion d'Europe de surf), Clemente Alonso (triathlète international IRON MAN) et Yahaira Aguirre (Yudoka international). Il a également été préparateur physique pour la Fédération espagnole de basket-ball.



Jorge Cerrato Agirre

Periodista deportivo de EITB.



Aurora Cid Alonso

Aurora Cid Alonso Ver cursos por Aurora Biografía Diplomada en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad del País Vasco (UPV) y Postgrado en Nutrición en la Infancia y Adolescencia en la Universidad de Navarra. Más tarde su inquietud por trabajar en un campo diferente le llevo a formarse en Nutrición Deportiva, realizó el Máster en Cineantropometria y Nutrición Deportiva impartido en la Universidad de Valencia, y numerosos cursos de formación continua. Tiene amplia experiencia con deportistas de Alto Rendimiento en diferentes disciplinas deportivas. Actualmente es la nutricionista tanto del primer equipo de la SD Eibar de primera división, como del Fútbol Base. También colabora con el Equipo Ciclista Seguros Bilbao, que compete en categoría Elite y Sub 23. Colabora en el blog de la Asociación Catalana de Dietistas-Nutricionistas especializados en Deporte (ADNEEC), y participa como colaboradora hablando sobre Alimentación y Nutrición Deportiva en Radio Marca Eibar.



Joseba del Carmen Lasa

Soy coach deportivo, ejecutivo y de equipos. Empresario, deportista profesional de golf y baloncesto. He llegado aquí de manera natural en mi camino de evolución, aprendizaje y descubrimiento de mí mismo. Me encuentro en constante cambio y crecimiento.



Alberto Fernández Morán

SD Eibar

Alberto Fernández ha sido en los últimos 15 años responsable de los servicios médicos del Saski Baskonia, club vitoriano de la Liga ACB y de Euroleague de baloncesto. Especializado en Medicina de la Educación Física y el Deporte, con varios masters universitarios en diferentes ramas de la medicina del deporte, Alberto Fernández cuenta en su curriculum, además de sus 15 años en el Saski Baskonia S.A.D., haber estado al frente en diferentes épocas de los servicios médicos de diferentes equipos de la selección vasca de fútbol, la selección española sub-20 de baloncesto, el Deportivo Alavés, o Amurrio Club, entre otros. Además de todo ello ha dirigido desde el año 1994 varios centros privados de Medicina del Deporte, ha ejercido como organizador y agente de controles de dopaje, ha sido profesor y ponente de varios masters, conferencias, master class y ciclos formativos en materia de medicina y fisioterapia del deporte del deporte, así como médico de urgencias y atención primaria en Osakide



Maite Fuentes Azpiroz

Doctora en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Licenciada en Educación Física. Diplomada en Educación Primaria. Profesora de la Universidad del País Vasco (UPV/EHU). Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del deporte.



Teresa Gaztañaga Aurrekoetxea

Médico Nutricionista, Responsable del Área de Nutrición y Fisiología del Esfuerzo en el Hospital Quirón Donostia.



José Manuel González de Suso

Miembro del Staff médico de la Real Sociedad de Fútbol desde el año 2002, y Jefe de Servicio Médico

desde el 2008.



Eli Ibarra Rabancho

Jugadora en SD Eibar, y actualmente en el Athletic Club. Miembro de la Selección Española de Fútbol.



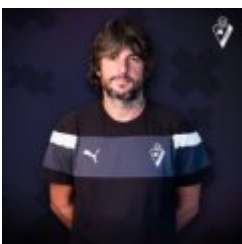
Andoni Iraola Sagarna

Entrenador del AEK Larnaca (Chipre), exjugador del Athletic Club.



Markel Irizar Aranburu

Nacido en Oñati en 1980. Hijo único de Manolo y María Eugenia. Hasta los 14 años se ha dedicado al atletismo y a partir de ahí al ciclismo. Tras superar un cáncer en 2003, fue ciclista profesional durante 16 años. 6 años en Euskaltel Euskadi y otros 10 en Radio Shack, Trek y Trek Segfradon. Actualmente de profesión es responsable de los fichajes de jóvenes talentos de Trek Segafredo y director deportivo. Casado y padre de 3 niños de 14, 11 y 8 años.



Igor Jauregi Iraola

Exjugador de SD Eibar y Real Sociedad, licenciado en Psicología y actualmente Coach deportivo del Primer Equipo de SD Eibar.



Ricardo Jiménez Mangas

Jefe de Servicio Médico en el Real Unión Club de Irun, y anteriormente en el CD Bidasoa. Responsable del Servicio de Medicina del Deporte en el Hospital Quirón Donostia.



Natxo Lezkano Moya



Mª Antonia Lizarraga

Dra. Mª Antonia Lizarraga Dallo. Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad de Navarra. Especialista en Medicina de Educación Física y Deporte por la Universidad de Barcelona Máster en Nutrición y Ciencias de los alimentos Universidad de Barcelona. Profesora del Grado de Nutrición Humana y Dietética. Nutricionista del FC BARCELONA.



Jesús María López Alfonso



Pablo López Cáceres

Diplomado en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla y Graduado de la misma especialidad por la Universidad Alfonso X El Sabio de Madrid. En estos momentos ocupa el cargo de Vocal en la Junta de Gobierno del Colegio Profesional de Dietistas-Nutricionistas de Andalucía (CODINAN) y ejerce como Dietista-Nutricionista en la Clínica del Carmen de Huelva y en el Centro de Nutrición NDSALUD de Trigueros (Huelva). Decidió encaminarse por la nutrición deportiva y posee un Postgrado en Farmacología, Nutrición y Suplementación en el Deporte por la Universitat de Barcelona. Así mismo, ha realizado varios cursos relacionados con esta disciplina, entre los cuales destaca la Acreditación Internacional en Cineantropometría ISAK II realizado en el INEF de Madrid. Actualmente, pertenece a los Servicios Médicos del Real Club Recreativo de Huelva y al Cuerpo Técnico del Sporting Club de Huelva, recientemente Campeón de la Copa de SM la Reina.



Albert Martínez Sanromà

Dietista-Nutricionista y Gerente de NutriEstil&Esport. Nutricionista del RCD Espanyol de Barcelona.



Jose Luis Mendilibar Etxebarria

Entrenador del Primer Equipo de la SD Eibar, y responsable de lograr clasificarlo como mejor equipo vasco en la Temporada 2017/18. Anteriormente ha entrenado a otros equipos como el Athletic Club, el Levante o el Valladolid.



Leire Olaberria

Ciclista que compete en la modalidad de Pista y también en Ruta. Participante en los Juegos Olímpicos de 2008 en Pekín (Bronce) y 2012 en Londres (13ª).



Isusko Perez Ortuzar

Diplomado en fisioterapia Fisioterapeuta del Athletic club Profesorado Asociado De Universidad del País Vasco; Departamento: Fisiología; Área: Fisioterapia



Mireia Porta Oliva

Mireia es nutricionista Diplomada en Nutrición y Dietética Humana además de Licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos por la Universidad de Barcelona. Ejerce como profesora asociada de “Nutrición Aplicada” en la Universidad Autónoma de Barcelona y como nutricionista en el ámbito clínico en Serveis Mèdics Penedès. También es responsable técnica de la empresa de nutrición deportiva Maxinutrition. Nutricionista del Tottenham.



Bárbara Sánchez Márquez

BÁRBARA SÁNCHEZ MÁRQUEZ. FORMACION. Diplomada NHD. UAX 2008. Graduada NHD. UAX 2011. Máster Nutrición Clínica UB. Curso de Posgrado. Nutrición y obesidad. EXPERIENCIA. PROFESIONAL. Actualidad. Nutricionista en consulta privada en centro de Nutrición. Nutricionista Atlético de Madrid. Profeso



Asier Zubillaga Zubiaga

Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Licenciado en Educación Física. Diplomada en Educación Primaria. Profesor de la Universidad del País Vasco (UPV/EHU) y Director del Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del deporte.

Tarifs inscription

MATRICULA	JUSQU'AU 31-05-2018	JUSQU'AU 06-06-2018
GÉNÉRAL	40,00 EUR	45,00 EUR
MATRÍCULA REDUCIDA	30,00 EUR	-
EXENCIÓN DE MATRÍCULA	20,00 EUR	20,00 EUR