



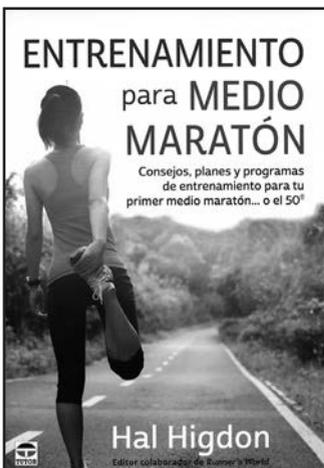
MANUAL DE MEDICINA DE MONTAÑA Y DEL MEDIO NATURAL

Por: Enric Subirats Bayego
 Edita: Editorial Médica Panamericana
 Calle Saucedá 10,5ª planta. 28050 Madrid.
 Telf.: 911 317 800 - Fax: 914 570 919
 E-mail: info@medicapanamericana.com Web: www.medicapanamericana.com
 Madrid 2017. 430 páginas. P.V.P.: 38 euros

En los últimos años se ha experimentado un aumento de las actividades ligadas al disfrute del medio natural. Esta tendencia, no ha sido, en muchas ocasiones, paralela al grado de preparación necesario para minimizar los potenciales riesgos para la salud que conllevan este tipo de actividades. La medicina del medio natural responde a la necesidad de ofrecer atención sanitaria en casos

de emergencia en medio hostiles y sin recursos. Esta obra, es un manual práctico que cubre las circunstancias que pueden darse al realizar actividades recreativas en zonas de montaña, desde las medidas preventivas que deben seguir los montañeros, y el material de primeros auxilios necesario, hasta las técnicas que pueden ser de utilidad para los profesionales sanitarios en caso de accidente.

Las novedades que aporta este libro son: a) Actualización de los temas, mediante la metodología de la Medicina Basada en la Evidencia, y una presentación práctica para facilitar la consulta; b) Describe las afecciones específicas relacionadas con el medio natural e incluye pistas que indican la utilidad de la exploración física; c) Especial atención a las lesiones más frecuentes y enfermedades que pueden presentarse en zonas de montaña.



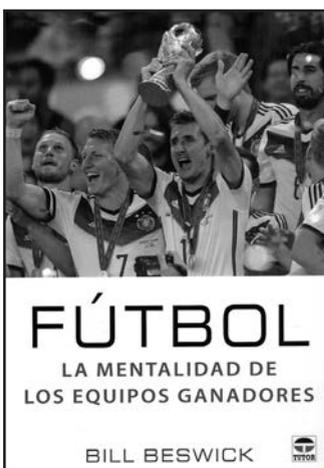
ENTRENAMIENTO PARA MEDIO MARATÓN

Por: Hal Higdon
 Edita: Ediciones Tutor-Editorial El Drac
 Impresores 20. P.E. Prado del Espino. 28660 Boadilla del Monte. Madrid
 Telf.: 915 599 832 - Fax: 915 410 235
 E-mail: info@edicionestutor.com Web: www.edicionestutor.com
 Madrid 2017. 208 páginas. P.V.P.: 19,95 euros

Este libro contiene todo lo que se debe saber sobre esta prueba, incluyendo dónde empezar, en qué centrarse, cómo establecer el propio ritmo, cómo evitar las lesiones, cómo hacer un seguimiento de los progresos, cómo terminar la carrera y cómo mejorar. Ya sea este para el

lector el primer medio maratón... o el 50º, hay un plan para él. Incluye 16 programas personalizables, que van desde principiante hasta avanzado, así como estrategias de probada eficacia, consejos para el día de la prueba y motivación de medio-maratonianos de todo el mundo.

El autor, ha ayudado a innumerables corredores a completar sus objetivos en diversas distancias. Ahora con esta obra ha intentado creado la guía definitiva sobre la distancia más popular hoy en día, el medio maratón.



FÚTBOL. LA MENTALIDAD DE LOS EQUIPOS GANADORES

Por: Bill Beswick
 Edita: Ediciones Tutor-Editorial El Drac
 Impresores 20. P.E. Prado del Espino. 28660 Boadilla del Monte. Madrid.
 Telf.: 915 599 832 - Fax: 915 410 235
 E-mail: info@edicionestutor.com Web: www.edicionestutor.com
 Madrid 2017. 240 páginas. P.V.P.: 19,95 euros

En el fútbol, tal vez más que en ningún otro deporte, el éxito depende más del rendimiento del equipo que del juego individual. Como bien saben los entrenadores, inspirar a un grupo de deportistas para que jueguen como una unidad perfectamente coordinada y mejor avenida es un reto inacabable. Aunque son varios los factores que interfieren en la cohesión y juego fluido de un equipo de fútbol, ningún libro

publicado, hasta ahora, ha abordado específicamente el modo de prevenir y solventar tales problemas.

La obra está organizada siguiendo una secuencia en que da a conocer desde dentro los principales retos a los que se enfrentan los entrenadores cuando quieren inculcar en sus equipos una mentalidad ganadora. Se muestran técnicas, herramientas y sugerencias para enfrentarse a los

retos habituales y particulares de la temporada. También se presentan ejemplos descritos en contextos específicos como finales y diversos torneos. Además de poner de manifiesto que la mentalidad de equipo es un factor que marca la diferencia entre el éxito y el fracaso, se aportan estrategias probadas por uno de los más prestigiosos psicólogos del rendimiento deportivo en el mundo del fútbol.