

LIBROS

Por: Armando Enrique Pancorbo Sandoval y Elizabeth Laura Pancorbo Arencibia
Edita: International Marketing & Communication S.A.
Alberto Alcocer 13, 1º D.-28036 Madrid
Tel: 91-3533370
Fax: 91-3533373
E-mail: imc@imc-sa.es
Web. www.imc-sa.es
Madrid, 2011
263 Páginas



Actividad física en la prevención y tratamiento de la enfermedad cardiometabólica. La dosis del ejercicio cardiosaludable

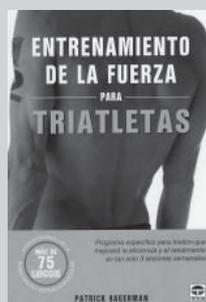
La actividad física y la práctica deportiva son elementos básicos de un estilo de vida saludable y contribuyen a la prevención de las enfermedades cardiometabólicas. Para la puesta en marcha de dicha práctica es relevante la adopción de normas, medidas y procedimientos enfocados a que dicha actividad física se lleve a cabo en las mejores condiciones posibles de dosis, intensidad, tiempo y seguridad.

Esta publicación forma parte del Plan Integral para la actividad física y el deporte, Plan A+D, puesto en marcha por el Consejo Superior de Deportes con el apoyo del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad para impulsar hábitos de vida cardiosaludables, a través del deporte. Con la colaboración de Novartis, se pretende facilitar a los profesionales sanitarios las herramientas que permitan una adecuada

prescripción y dosificación de la actividad física de forma rigurosa y de fácil aplicación, para garantizar al conjunto de la población española el acceso universal a una práctica deportiva de calidad. Igualmente, esta obra busca concienciar y remarcar la importancia de la prevención de las enfermedades cardiometabólicas, a través de la práctica de ejercicio físico, así como poder recomendar el ejercicio más adecuado cuando ha aparecido alguna de estas patologías.

El libro, dirigido a profesionales de la salud y de medicina del deporte, representa una herramienta útil para la prevención y control de enfermedades cardiometabólicas. Los profesionales sanitarios podrán dosificar el ejercicio de forma personalizada a partir del estado de salud, edad y condición física inicial del paciente, así como proporcionar un seguimiento mediante programas individualizados.

Por: Patrick Hagerman
Edita: Ediciones Tutor S.A.
Marqués de Urquijo 34, 2º izda. 28008 Madrid
Tel: 91-5599832
Fax: 91-5410235
E-mail: info@edicionestutor.com
Web. www.edicionestutor.com
Madrid, 2012
208 Páginas
P.V.P: 22 euros

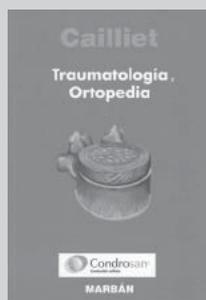


Entrenamiento de la fuerza para triatletas

En esta obra se ha puesto a punto la metodología para valorar por medio del análisis de fuerzas de reacción diferentes tipos de tests de salto y amortiguación, que posteriormente se han utilizado para comparar dos vendajes funcionales preventivos de tobillo; uno elástico y otro no elástico.

El objetivo del libro ha sido analizar el efecto del vendaje funcional preventivo de tobillo (elástico y no elástico) en la capacidad de restricción de movimientos y en la posible pérdida de eficacia en la realización de diferentes tipos de tests, así como analizar la fatiga del vendaje después de realizar los tests.

Por: Rene Cailliet
Edita: Marban Libros S.L.
Joaquín María López 72 28015 Madrid
Tl. 91-5435555
Fax: 91-5441379
Madrid, 2009
220 Páginas



Traumatología y Ortopedia

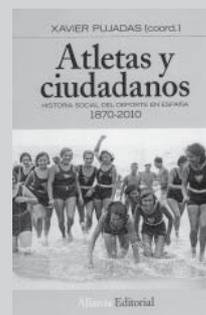
En este libro de bolsillo se formula una nueva definición de la medicina ortopédica como la especialidad que trata la función del individuo en las actividades diarias que implican el movimiento de músculos, huesos, articulaciones, ligamentos y cartílagos con el mínimo esfuerzo y sin dolor ni molestias. El propósito de este libro es facilitar la identificación

de las deficiencias, sean permanentes o transitorias, desde el momento en que se detectan para no tener que llegar a la intervención quirúrgica. En el texto aparecen ilustraciones para que todos los aspectos del examen físico queden claros. Se revisan las distintas opciones de tratamiento siempre con el objetivo de que el cuerpo recupere su función normal.

Atletas y ciudadanos. Historia social del deporte en España 1870-2010

El fenómeno deportivo ha jugado un papel muy importante en la historia de las sociedades occidentales del último siglo. En este libro, coeditado con el Consejo Superior de Deportes, se aborda la historia del deporte en el contexto de la sociedad española contemporánea, entre finales del siglo XIX y los albores del XXI, desde una perspectiva de historia social. En él, once de los más destacados especialistas en esta materia examinan el proceso de incorporación, popularización y masificación de la práctica del deporte y su relación con el entramado social, político y cultural de la España de los últimos 150 años.

El texto, tras la introducción, se estructura según las fases de la historia social, política y socio-deportiva de la contemporaneidad española: una primera etapa de incorporación, modernización y primera popularización del deporte, abortada por la Guerra Civil (1870-1939); una segunda de estatalización y control social y político por parte de la dictadura franquista (1939-1975); y una tercera caracterizada por las consecuencias del proceso de transición democrática, la popularización y el crecimiento exponencial del deportes espectáculo (1975-2010). Concluyendo con la bibliografía.



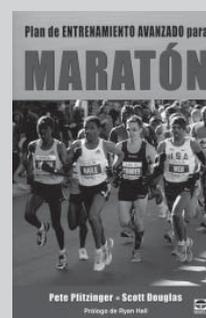
Por: Xavier Pujadas (coord.)
Edita: Alianza Editorial
Juan Ignacio Luca de Tena 15
28027 Madrid
Tel: 91-3938888
E-mail: alianzaeditorial@anaya.es
Web: www.alianzaeditorial.es
Madrid, 2011
553 Páginas

Plan de entrenamiento avanzado para maratón

Esta obra presenta toda la información necesaria para entrenar con inteligencia, mantenerse libre de lesiones y llegar al día de la prueba listo para correr el maratón. Proporciona los métodos más efectivos de entrenamiento. Enseña a complementar las sesiones de carrera con ejercicios para la fuerza, el segmento somático central, la flexibilidad y la técnica; a poner en práctica estrategias de nutrición e hidratación, así como técnicas de recuperación, de vanguardia; y a realizar

adecuadamente la reducción progresiva de la carga de entrenamiento para lograr el máximo rendimiento.

Con programas de entrenamiento diario fáciles de entender, para una preparación en 18 y en 12 semanas –con distancias semanales de hasta 88 km; de 88 a 113; de 113 a 137, y de más de 137 km–, el método expuesto en este libro es muy completo y eficiente en la planificación para pruebas de gran fondo.



Por: Pete Pfitzinger y Scott Douglas
Edita: Ediciones Tutor S.A.
Marqués de Urquijo 34, 2º izda
28008 Madrid
Tel: 91-5599832
Fax: 91-5410235
E-mail: info@edicionestutor.com
Web: www.edicionestutor.com
Madrid, 2012
304 Páginas
R.V.P: 22 euros

Manual de Cineantropometría. XI Monografía FEMEDE

La Cineantropometría ha alcanzado un gran desarrollo y aplicación. Esta obra viene a sustituir la primera edición y su posterior re-impresión porque el avance de este apartado de la Ciencia ha venido a superar con creces lo expuesto en ellos.

Elaborado por destacados profesionales, recoge en su índice general los temas: Pasado, presente y futuro de la Cineantropometría (por M^o Dolores Cabañas y Jordi Porta); Bases anatómicas y puntos de referencia (por Miguel del Valle); Material antropométrico (por Angel

Herrero de Lucas); Protocolo de medición (Por Alicia Canda); Error de medición (por José Ramón Alvero); Composición corporal (por Francisco José Berral); Somatotipo (por M^o Teresa Aragonés); Proporcionalidad corporal: historia y presente (por Jordi Porta y M^o Dolores Cabañas); Cuerpo y función: alometría y deporte (por Delfín Galiano, M^o Carmen Vargas y Jordi Porta); Aplicaciones de la Cineantropometría (por Carlos Moreno); La Cineantropometría en la edad infantil (por Be-goña Manuz y Pedro Manonelles). Al final en un anexo aparecen los Valores de referencia (por José Ramón Alvero).



Por: Carlos Moreno Pascual, Pedro Manonelles Marqueta (editores)
Edita: Nexus Médica Editores S.L.
Maresme 44-46,
Despacho 12
08918 Badalona,
Barcelona
Tl: 93-4593492
Web: www.nexusmedica.com
Barcelona, 2011
431 Páginas