

La revista del Ocio, la Recreación y el *Deporte* para todos

## José Manuel Franco priorizará las políticas saludables



**Informe: Los Ayuntamientos vuelven a incrementar sus presupuestos deportivos (+1%)**

**España se Mueve: Encuesta sobre el ejercicio en la empresa, convenio con la FEDE y el Hub**

**Comunidades, Ayuntamientos, Fundaciones, Confidenciales, Munideporte, Radio Marca,...**

Espacio singular vinculado al mundo del deporte y sus valores. Está situado en la Anilla Olímpica de Montjuïc, junto al Estadio Olímpico de Barcelona.

Contextualización deportiva a través de las 30 pantallas digitales que lo hacen ideal para sesiones de fotos y grabaciones.

**museu  
olímpic  
i de  
l'esport**  
Joan Antoni  
Samaranch



**2 AUDITORIOS** con capacidad para 120 personas sentadas

**SALA DE PROYECCIÓN** con capacidad para 50 personas sentadas

**SALA POLIVALENTE** de 300 m2 utilizable para usos diversos y catering hasta para 250 personas

**CAFETERIA/RESTAURANTE** con capacidad para 60 personas sentadas



Más información en <https://www.museuolimpicbcn.es> o en 934 260 660

**Director**

Fernando Soria Dorado

**Redactora Jefe**

Marta Muñoz Mancebo

**Colaboradores**

Sofía Álvarez Martínez

José María Buceta

Luis López Nombela

Juan Manuel Merino Gascón

**Diseño e impresión**

María Serrano Gujarro

**Producción**

Fernando Soria Hernández

**Edita**

Equipo de Gestión Cultural S.A.

**Asesor Editorial**

Antonio Montalvo

**Asesores Técnicos**

Vicente Alcaraz

Calixto Rodríguez

**Dirección**C/ Travesía José Arcones Gil, 3  
28017 Madrid**Correo electrónico**

deportistas@munideporte.com

ISSN 1885-1053

Depósito Legal M-9707 - 2004



**6 INFORME:**  
Los Ayuntamientos  
siguen subiendo sus  
presupuestos deportivos  
(+1,01%)



**8 ESPAÑA SE MUEVE:**  
Se presentó el informe  
sobre la actividad física  
en el ámbito laboral



**18 EN PORTADA:**  
José Manuel Franco:  
"El deporte es clave para  
la sociedad y para su ánimo"



**33 CONFIDENCIAL:**  
El CSD confía en  
la experiencia de  
Albert Soler



<b>ESM:</b> El Hub desarrolla los nuevos proyectos del año	<b>10</b>
<b>ESM:</b> La Federación Española de Diabetes se incorpora al proyecto	<b>12</b>
<b>ESM:</b> Una encuesta de Gympass señala la importancia del bienestar en el trabajo	<b>13</b>
<b>ESM:</b> Entrevista a Kyko Jorreto, del programa UFVDeporte	<b>14</b>
<b>ESM:</b> Dreamfit celebró el Día Internacional del Yoga	<b>15</b>
<b>MEDICINA DEPORTIVA:</b> Plasma rico en plaquetas (artículo de la Dra. Jara Marcos)	<b>16</b>
<b>FUNDACIÓN ESPAÑOLA DEL CORAZÓN:</b> Informe sobre la muerte súbita en el deporte	<b>17</b>
<b>OPINIÓN:</b> Vicente Gambau (Presidente del Consejo COLEF)	<b>20</b>
<b>OPINIÓN:</b> Antonio Montalvo de Lamo	<b>21</b>
<b>OPINIÓN:</b> Luis López Nombela	<b>22</b>
<b>FAGDE:</b> Artículo de Fernando Paris (Presidente)	<b>23</b>
<b>COMUNIDAD DE MADRID:</b> Apuesta por la visibilización del deporte femenino	<b>24</b>
<b>GALICIA:</b> La Xunta crea dos nuevas federaciones deportivas	<b>25</b>
<b>MURCIA:</b> La Región acogerá la 1ª edición de los Juegos del Agua	<b>26</b>
<b>ALCALÁ DE HENARES:</b> Espartales estrena un espacio de entrenamiento al aire libre	<b>27</b>
<b>ARGANDA DEL REY:</b> Inicio de la temporada de las piscinas de verano	<b>28</b>
<b>LEGANÉS:</b> La ciudad se volcó con el deporte femenino	<b>30</b>
<b>ALCOBENDAS:</b> Inaugurados en Valde las Fuentes diversos equipamientos deportivos	<b>31</b>
<b>ALCORCÓN:</b> Importante Plan de Inversiones en el deporte local	<b>32</b>
<b>EMPRENDEDORES:</b> Squali Swim celebra su primer aniversario	<b>34</b>





*Los fines de semana, deporte para todos*

EL PROGRAMA  
**AL LÍMITE**

**DE FERNANDO SORIA**

DE 7 A 8 HORAS LOS SÁBADOS

**LA TERTULIA**

DE 7 A 8 HORAS LOS DOMINGOS

**CON LOS MEJORES ESPECIALISTAS**

*José Luis Llorente, Chema Buceta, el profesor López Nombela, Pedro Calvo, José Vicente Delfa, Pedro Manonelles, Gema Sancho, Gerardo Cebrián, Rocío Sánchez y Tatiana Márquez*





MI PUNTO DE VISTA

Fernando Soria

## EL DEPORTE SE REACTIVA

El informe sobre el dinero que dedican los ayuntamientos al deporte muestra un incremento medio de poco más de un punto. No es mucho, pero hay que valorarlo de forma positiva por la pandemia.

**ADEMÁS**, en los continuos contactos que realizo con diversos ayuntamientos con motivo de los medios de comunicación que gestionamos, observo un creciente optimismo y me señalan que septiembre será un mes importante para la reanudación de las actividades deportivas. Y muchos de ellos están contemplando inversiones significativas en nuevas instalaciones o remodelación de las que se encuentran en peor estado. Sin duda, también influye que el panorama político está revuelto y que dentro de dos años tendrán que volver a pasar los por las urnas.

**ESTA** situación favorece también las expectativas de **España se Mueve**. Poco a poco vamos poniendo en marcha los nuevos proyectos. Y se notará más a partir de septiembre, porque potenciaremos el programa de Telemadrid (**Madrid se Mueve**) con más reportajes y, salvo imprevistos, estrenaremos la edición nacional en Teledporte. Pero habrá más novedades que les iremos contando. Compartan con nosotros un prudente optimismo.

## LOS INEFICACES Y EGÓLATRAS DE LA POLÍTICA

El Código Ético del Congreso de los Diputados español señala en sus dos primeros artículos lo siguiente:

**ARTÍCULO 1.** En su conducta, el Congresista da ejemplo de su vocación de servicio al país y su compromiso con los valores que inspiran al Estado Democrático de Derecho.

**ARTÍCULO 2.** El Congresista realiza su labor conforme a los principios de independencia, transparencia, honradez, veracidad, respeto, tolerancia, responsabilidad, democracia, bien común, integridad, objetividad y justicia.

**ESTOS** dos párrafos se pueden aplicar a cualquier cargo electo del resto de instituciones públicas: Senado, comunidades, diputaciones, ayuntamientos... Estas exigencias son obvias y de obligado cumplimiento.

**SIN** embargo, nos encontramos a menudo con responsables políticos que no cumplen estos requisitos en su totalidad. No es que sean muchos, pero sí bastantes más de lo deseable. Cierzo es que este tipo de incumplimientos han existido siempre, pero no por ello debieran de admitirse. Y más cuando se dispone, en pleno siglo XXI, de numerosas herramientas de control.

**NOS** vamos a centrar en la parcela del deporte, que es el objeto principal de esta publicación, y en aspectos, por desgracia, bastante frecuentes: **vocación de servicio, compromiso, respeto, bien común, objetividad,...** Son características obligadas que no siempre se tienen en cuenta por parte de las personas a las que nos referimos.

**A** los cargos de responsabilidad pública llegan personas ligadas a los partidos políticos que no siempre están a la altura de lo que estos requieren. Sucede, sobre todo, en el ámbito municipal, ya que las diversas áreas de gestión tienen que estar dirigidas necesariamente por los concejales que han obtenido el acta correspondiente. Y aquí reside el problema.

**LO** advirtió muy pronto **Manuela Carmena**, quien para las segundas elecciones en las que participó (y ganó, aunque no pudo gobernar) formó una lista con candidatos elegidos más por méritos que por simple militancia, para evitar lo que apuntamos. Esta fue la causa también por la que **Alberto Ruiz Gallardón** creó la figura del "director general" para cada área (gestores independientes bien pagados) durante su etapa como Alcalde de Madrid.

**EN** los 17 años de vida de **Deportistas**, hemos detectado muchos y lamentables casos. Por ejemplo, de concejales que administraban presupuestos para el deporte de varias decenas de millones de euros y carecían de la más mínima experiencia y cualificación. Pero también de personas que de pronto se les sube a la cabeza el poder que han obtenido y actúan como si la concejalía fuese de su propiedad, faltos de esos requisitos éticos obligados: **vocación de servicio, respeto, objetividad,...** Los hay, incluso, que se vuelven déspotas con sus subordinados y se centran en su promoción personal, en algún caso con periodistas asignados (y pagados con los impuestos de los ciudadanos a los que apenas respetan) para su exclusivo realce. Por el contrario, suelen obstaculizar (y oscurecer) la labor de los profesionales a su cargo, con decisiones caprichosas que lastran que la gestión de su departamento sea eficaz.

**AFORTUNADAMENTE** hay otros muchos gestores políticos que realizan una labor impoluta y admirable. Un claro ejemplo ha sido el de los responsables de la Viceconsejería del Deporte de la Comunidad de Madrid en la etapa anterior. **Roberto Núñez, Alberto Álvarez, Juan Carlos Zapardiel...** (a los que habría que añadir a **Antonio Guerrero**, que ha continuado ascendido a Director General) han dignificado la gestión pública por su dedicación y espíritu de servicio hacia los diversos actores del deporte madrileño. De esta clase de dirigentes deberían de tomar ejemplo los ególatras e ineficaces. Sobre todo, algunos que han compartido partido político con ellos.

# Los ayuntamientos siguen subiendo sus presupuestos deportivos (+1%)

La revista *Deportistas* ha realizado el informe anual sobre el dinero que invierten los ayuntamientos en deporte. La media por habitante se sitúa en 42,01 euros por ciudadano, lo que supone un nuevo aumento del 1,01% con respecto a 2020 (41,59). La inversión sigue siendo un 32,62% inferior a 2008.

**E**n este estudio se incluyen los datos de las capitales de provincia y de los ayuntamientos con más de 150.000 habitantes. La información ha sido recogida de las páginas web oficiales o facilitadas por los departamentos de prensa o deportes. Pontevedra no ha hecho públicas todavía las cifras aprobadas para este ejercicio, por lo que las que aparecen en el cuadro son las de 2020. La media resultante del gasto por habitante (42,01 euros por ciudadano) se ha obtenido al dividir el presupuesto de 2021 entre el número de habitantes publicado por el Instituto Nacional de Estadística (INE), a fecha de 1 de enero de 2020 (datos oficiales actuales).

Los ayuntamientos han aumentado por segundo año consecutivo, pese a la crisis, sus partidas para el deporte, en esta ocasión en un 1,01%.

La Ciudad Autónoma de Melilla es la que más dinero destina este año al deporte, con una media de 156,89 euros por habitante. Le siguen en la clasificación Teruel (141,18) y San Sebastián (114,17). Por contra, en el lado negativo, destaca la reducción presupuestaria de Terrasa (-72,51%), Vitoria (-55,99%) y Logroño (-55,85%). En el caso de las dos grandes capitales, Madrid



ha subido un 15,98% y Barcelona ha sufrido un descenso del 5,58%.

Comparando estos datos con los de 2008, cuando la media por habitante era de 62,35 euros, se observa que la inversión en materia deportiva sigue siendo un 32,62% menos que hace trece años, fecha en la que España sufrió una gran crisis económica. Se espera que a partir de septiembre, cuando el objetivo de vacunación se haya cumplido, se pueda reactivar este sector, lo que redundaría en la salud de los ciudadanos, ya que numerosos estudios han certificado los beneficios del ejercicio para combatir la Covid.

**Antonio Montalvo de Lamo**, experto en deporte municipal, señala que “este descenso acumulado es una consecuencia de

la adaptación que se tuvo que hacer por distintos motivos de los programas, los costes y los gastos al escenario de aquellos momentos. En unos casos, porque se eliminaron duplicidades que se realizaban de programas por las administraciones local y autonómica y, en otros, por la desaparición de partidas presupuestarias que no se podían asumir por la propia crisis. Creo que habrá un repunte en los presupuestos de los próximos años, una vez se supere el Covid-19, propiciado por la remodelación y readaptación de las instalaciones a las nuevas medidas, que garantizarán una mayor seguridad e higiene en los equipamientos deportivos”.

➔  
Melilla, Teruel  
y San Sebastián,  
los que más  
invierten  
por habitante

Textos: **Marta Muñoz y  
Sofía Álvarez**

Ayuntamiento	Presupuesto 2021	Habitantes (*)	Comparativa sobre 2020% (**)	Gasto por habitante 2021	Ayuntamiento	Presupuesto 2021	Habitantes (*)	Comparativa sobre 2020% (**)	Gasto por habitante 2021
Melilla (***)	13.661.249,39	87.076,00	5,10	156,89	Jaén (****)	4.764.406,32	112.757,00	0,21	42,25
Teruel (****)	5.116.393,91	36.240,00	25,31	141,18	A Coruña (****)	10.434.661,54	247.604,00	-0,76	42,14
San Sebastián (****)	21.490.469,00	188.240,00	-33,25	114,17	Girona (****)	4.324.041,46	103.369,00	-1,47	41,83
Soria	4.149.203,44	39.821,00	-8,16	104,20	Valladolid (****)	12.218.000,00	299.265,00	13,27	40,83
Ceuta (****)	8.561.051,00	84.202,00	-22,61	101,67	Murcia (****)	18.567.107,00	459.403,00	-1,34	40,42
Ávila (****)	4.900.000,00	58.369,00	-6,71	83,95	Zaragoza (****)	27.111.706,00	681.877,00	7,04	39,76
Palencia (****)	6.069.568,99	78.144,00	2,05	77,67	Móstoles (****)	8.336.179,00	210.309,00	19,04	39,64
Alcortón (****)	12.525.644,82	172.384,00	114,04	72,66	Vigo (****)	11.664.689,18	296.692,00	-3,49	39,32
Pontevedra (****)	5.700.000,00	83.260,00	-0,28	68,46	Cartagena (****)	7.766.570,00	216.108,00	3,80	35,94
Cádiz	7.728.744,27	115.439,00	288,94	66,95	Bilbao (****)	12.049.200,00	350.184,00	11,73	34,41
Burgos (****)	11.735.600,00	176.418,00	-0,34	66,52	Jerez de la Frontera (****)	7.261.391,02	213.105,00	-0,17	34,07
Fuenlabrada (****)	12.799.462,52	194.514,00	7,17	65,80	Pamplona	6.894.684,72	203.944,00	35,26	33,81
Salamanca (****)	8.958.610,93	144.825,00	29,20	61,86	Ourense (****)	3.566.876,67	105.643,00	-0,39	33,76
Toledo (****)	5.270.000,00	85.811,00	-0,40	61,41	Granada (****)	7.887.497,00	233.648,00	-0,51	33,76
Madrid	203.988.616,00	3.334.730,00	15,98	61,17	Lleida (****)	4.616.124,88	140.403,00	-7,56	32,88
Oviedo (****)	13.337.886,16	219.910,00	-0,10	60,65	Castellón	5.578.955,97	174.264,00	-0,16	32,01
Cuenca (****)	3.294.475,21	54.621,00	6,76	60,32	Córdoba (****)	10.073.916,73	326.039,00	-5,72	30,90
Huesca (****)	3.152.700,00	53.956,00	-6,11	58,43	Sabadell (****)	6.677.921,39	216.520,00	-0,03	30,84
L'Hospitalet de Llobregat (****)	15.221.938,55	269.382,00	-20,54	56,51	Las Palmas de Gran Canaria (****)	11.687.869,23	381.223,00	0,26	30,66
Alcalá de Henares (****)	11.074.000,00	197.562,00	19,36	56,05	Segovia (****)	1.589.150,00	52.057,00	-0,06	30,53
Santander (****)	9.637.324,14	173.375,00	10,30	55,59	Lugo (****)	2.933.289,42	98.519,00	-11,33	29,77
Palma (****)	23.477.598,04	422.587,00	60,20	55,56	Tarragona (****)	3.569.541,00	136.496,00	0,44	26,15
Getafe (****)	10.244.316,88	185.180,00	-8,28	55,32	Huelva	3.474.340,40	143.837,00	-13,27	24,15
León	6.820.276,45	124.028,00	224,21	54,99	Almería	4.620.999,36	201.322,00	-3,83	22,95
Zamora (****)	3.264.337,73	60.988,00	3,26	53,52	Badajoz	2.884.932,26	150.984,00	-48,59	19,11
Guadalajara (****)	4.575.000,00	87.484,00	-28,42	52,30	Málaga (****)	10.779.792,00	578.460,00	60,79	18,64
Albacete (****)	9.100.000,00	174.336,00	6,44	52,20	Vitoria (****)	4.484.461,12	253.996,00	-55,99	17,66
Ciudad Real	3.742.437,00	75.504,00	7,81	49,57	Valencia (****)	13.598.202,00	800.215,00	-29,43	16,99
Leganés	9.428.400,00	191.114,00	25,31	49,33	Barcelona (****)	24.000.000,00	1.664.182,00	-5,58	14,42
Logroño (****)	7.361.850,93	152.485,00	-55,85	48,28	Badalona	2.962.220,50	223.166,00	-45,57	13,27
Sevilla (****)	32.496.511,28	691.395,00	0,06	47,00	Elche	3.038.200,67	234.765,00	-48,09	12,94
Santa Cruz de Tenerife (****)	9.806.865,64	209.194,00	-26,48	46,88	Alicante (****)	3.489.443,06	337.482,00	3,96	10,34
Gijón (****)	12.610.400,00	271.717,00	0,02	46,41	Cáceres (****)	871.191,91	96.255,00	-49,29	9,05
					Terrasa (****)	1.106.498,00	223.627,00	-72,51	4,95

Explicación del estudio:

(\*) INE 2020    (\*\*) Comparativa sobre la media por habitante de 2020    (\*\*\*) Página web oficial    (\*\*\*\*) Presupuesto prorrogado    (\*\*\*\*\*) Presupuesto de 2020

# Las empresas españolas apuestan por el ejercicio en el entorno laboral

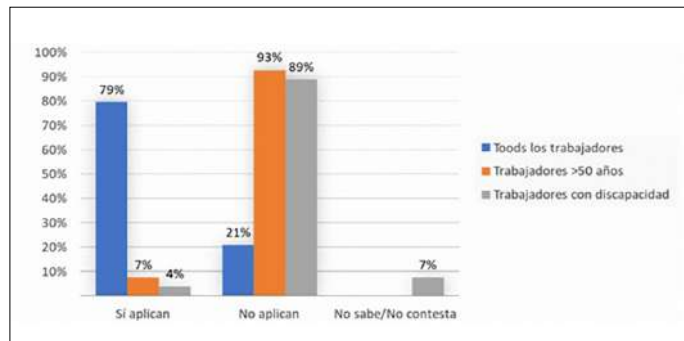
El Círculo de Empresarios, Grant Thornton, Gympass y España se Mueve han presentado el “Informe sobre estrategias de promoción de actividad física en el entorno laboral”. Las conclusiones señalan que la mayoría de las empresas españolas apuestan por fomentar el ejercicio entre sus trabajadores.

Según un informe de la Unión Europea, el 60% de los españoles no practican ningún tipo de actividad física moderada y solo un 33% vigorosa. Los trabajadores suelen pasar un tercio del día en el centro de trabajo, lo que se asocia con estar más tiempo sentado y menos caminando o de pie en relación a los días de ocio. También, con un tiempo limitado para alcanzar los niveles recomendados de actividad física.

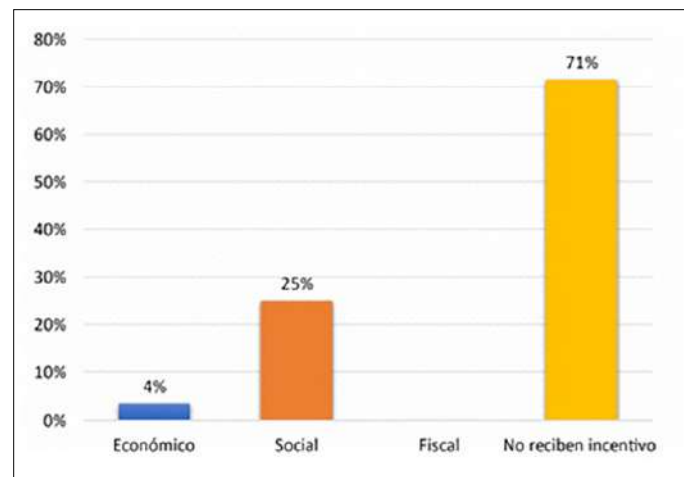
Por tanto, las empresas tienen la oportunidad de fomentar la práctica de ejercicio, especialmente sabiendo que la evidencia señala que puede tener beneficios en el empleado, la empresa y la sociedad.

El objetivo del “Informe sobre estrategias de promoción de actividad física en el entorno laboral”, que se presentó el 14 de junio, ha sido analizar la situación en este ámbito y la relación los con países de nuestro entorno. Se trata de un estudio pionero en esta materia, que trata de contribuir al desarrollo de un entorno laboral más saludable que redunde en una mejora del bienestar y de la productividad en las empresas españolas.

Este trabajo de investigación es una iniciativa del [Círculo de Empresarios](#), [Grant Thornton](#),



Implantación de estrategias de promoción de la actividad física



Incentivos recibidos

[Gympass](#) y [España se Mueve](#). El trabajo técnico fue realizado por el [Grupo de Investigación GENUJ Toledo \(Universidad de Castilla-La Mancha\)](#). Además, colaboró la [Asociación Española de Directores de Recursos Humanos](#).

En la investigación han participado 35 empresas españolas, de diversos sectores y algunas de ellas multinacionales,

que en total suman más de 28.000 trabajadores. Entre las principales conclusiones, destacan las siguientes:

- Una gran mayoría de empresas consultadas afirmó aplicar algún tipo de estrategia de promoción de la actividad física para sus trabajadores desde hace al menos dos años. A pesar de ello, solo un porcentaje muy reducido contempló intervenciones específicas para trabajadores con un mayor riesgo de sufrir enfermedades.

- De ellas, destacan la participación de sus empleados en eventos deportivos o

en charlas y talleres sobre estilos de vida saludable, así como el facilitar el uso de instalaciones deportivas externas.

- En la gran mayoría de los casos, estas actividades eran competencia del departamento de Recursos Humanos, aunque también se indicaron otros como el financiero, el de dirección u otros destinados específicamente a la responsabilidad social corporativa.



- El 41% de las empresas participantes afirmó no realizar ningún tipo de evaluación de las estrategias de fomento de la actividad física aplicadas en la entidad. Sin embargo, de entre aquellas que sí lo hacían, se utilizaban diferentes indicadores, como el número de participantes (22%), el tiempo de permanencia en dichas actividades (15%) o el nivel de demanda de los empleados (11%).

- En cuanto a los incentivos recibidos por parte de las administraciones públicas para su implementación, el 71% afirmó no recibir ninguno. Sin embargo, más del 50% estaría interesada en recibirlo para poder implantar o mejorar la aplicación de estas estrategias.

- Sobre las barreras u obstáculos encontrados, cerca de un 80% declaró no haberse encontrado ninguno. Por otro lado, el resto de las empresas referenciaron falta de presupuesto, de compromiso o de demanda de los trabajadores como los impedimentos más habituales para su implementación.

- En referencia al incremento de los niveles de inactividad física y sedentarismo asociado al aumento del teletrabajo por motivos sanitarios (COVID-19), una gran mayoría afirmó estar dispuesto a incorporar estrategias para el fomento de la actividad física entre sus trabajado-



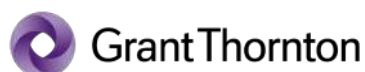
res. Además, más de un 70% de las empresas expresó estar utilizando o estar dispuesto a implementar herramientas digitales que lo puedan facilitar.

Para **Ignacio Ara**, catedrático de la Universidad de Castilla-La Mancha y responsable del Grupo de investigación GENUD Toledo, "se trata de un interesante y necesario trabajo que presenta datos actualizados sobre un ámbito de vital importancia y máxima actualidad. Las propias empresas detectan las necesidades futuras en relación a la promoción de la activi-

➔ Señalan las necesidades y piden incentivos públicos

dad física en el entorno laboral: intervenciones específicas para trabajadores mayores de 50 años que presentan un mayor riesgo de sufrir enfermedades crónicas, necesidad de contar con un profesional especialista en el ámbito (educador físico deportivo), contemplar estrategias de empresa para reducir el tiempo sedentario durante el trabajo o la gran predisposición para la implementación de programas específicos post-confinamiento y de las herramientas digitales".

Una iniciativa de:



Colaboran:



Con el apoyo de:



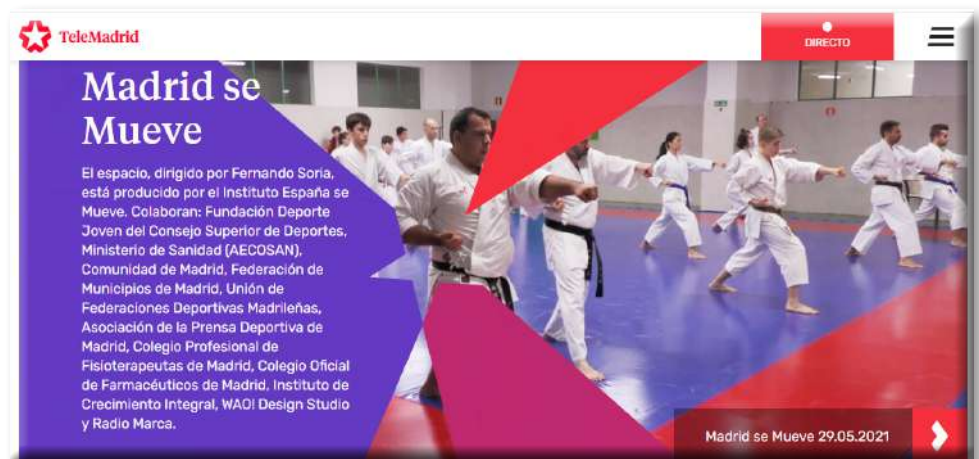
# El Hub España se Mueve desarrolla los nuevos proyectos del año

El Hub España se Mueve celebró la primera reunión del año, en la que participaron los responsables de las entidades que lo integran. Se repasó la situación de las diversas actividades de EsM y se adelantaron los nuevos proyectos que se están gestionando.

**E**l encuentro se celebró, de manera virtual, el pasado 12 de abril. En primer lugar, se realizó un resumen de la situación del proyecto en el inicio del año, del marco general a nivel político y relacionado con la pandemia, así como de las acciones que se han llevado a cabo en los últimos meses. Se repasó también la situación actual de la Encuesta sobre la actividad física en la empresa, que se está realizando junto al [Círculo de Empresarios](#) y Gympass.

A continuación, se comentaron las nuevas actividades en las que podrán participar este año, como el proyecto "Europe is Moving" ([Erasmus+](#)) o las distintas campañas de concienciación temáticas que se lanzarán, relacionadas con la nutrición, el sedentarismo, el deporte seguro, etc. Se explicó también el marco actual de los proyectos europeos, ya que la Comisión ha permitido que las empresas puedan lanzar también sus propios proyectos, y los cambios en la normativa. Esto permitirá poder poner en marcha muchas más iniciativas relacionadas con el deporte y la salud.

Asimismo, se informó del avanzado estado de la ges-



ción con Teledporte para emitir el programa nacional a partir de septiembre.

Participaron representantes del [Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid](#), [Dreamfit](#), [Fundación Empresa y Sociedad](#), [Gympass](#), [Consejo General de Enfermería](#), [Universidad Francisco de Vitoria](#), [Wolf Ibérica](#) e [Hitachi Cooling & Heating](#).

Por parte de [España se Mueve](#), estuvieron **Fernando Soria Dorado** (director), **Fernando Soria Hernández** (responsable de proyectos) y **Marc Declerq** (área de proyectos internacionales). Reseñaron la estrecha relación con los responsables del área de salud del Consejo Superior de Deportes, con los que se está trabajando en el desa-

rollo de un interesante y ambicioso proyecto.

Los asistentes se mostraron satisfechos con el desarrollo del Hub, que valoraron como una iniciativa necesaria y en la línea de su política de actuación en materia saludable. Se comprometieron también a proponer proyectos o campañas que se puedan poner en marcha en el marco de España se Mueve y que tengan como objetivo mejorar la salud de los ciudadanos.

## PROYECTOS EUROPEOS

España se Mueve sigue apostando por los proyectos europeos con el objetivo de desarrollar iniciativas que promuevan la actividad física entre la población.

El primero de ellos, "Europe is Moving", fue prorrogado

do por la Comisión Europea hasta el otoño de 2021, debido a la situación de parálisis que vivió el país a causa de la pandemia por el coronavirus. Una vez que las condiciones sanitarias permitieron una paulatina vuelta a la normalidad, sus responsables se pusieron en marcha para llevar a cabo su desarrollo, que se encuentra en la fase de análisis de los datos recabados. El objetivo es analizar cómo los medios de comunicación nacionales trabajan en la igualdad efectiva de género y qué estrategias se pueden llevar a cabo para que el deporte femenino y el inclusivo tengan la misma difusión que el masculino.

Este año, además, se presentará un segundo proyecto, que será la continuación de "Europe is Moving". Tras un primer análisis de los datos, se ha observado que los medios de comunicación no se implican lo suficiente a la hora de comunicar sobre la inclusión e igualdad de oportunidades a través del deporte, lo que justifica la puesta en marcha de este segundo proyecto.

En esta ocasión, los responsables trabajarán con



tres grupos de personas: Universitarios (porque ellos son los futuros comunicadores), periodistas (a quienes se les facilitarán guías de trabajo y recomendaciones) y organizaciones de eventos (para que puedan dar visibilidad y difusión de sus actividades en los medios).

Al término del mismo, se llevará a cabo un evento en el que los participantes puedan

➔  
Apuesta  
por los  
programas  
Erasmus+

poner en práctica los conocimientos adquiridos, un trabajo final y una conferencia de expertos que se convertirá en un interesante foro de debate.

De forma paralela, EsM seguirá construyendo la red europea de entidades para promover todos estos aspectos de igualdad en el deporte a través de la comunicación, que será la base para el tercer proyecto europeo.



PENSADO PARA TI.



Cooling & Heating



CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA



# FEDE se incorpora a España se Mueve

La Federación Española de Diabetes (FEDE) se suma a España se Mueve. Las entidades han firmado un convenio de colaboración para trabajar juntos en la mejora de la salud de la población, y en especial de las personas con diabetes, a través del ejercicio y los hábitos de vida saludables. Colaborará también el Consejo General de Enfermería.

**E**n el marco del convenio, ambas entidades colaborarán en la difusión de las actividades que cada una de ellas desarrollen y pondrán en marcha diferentes acciones conjuntas que promuevan la práctica de ejercicio físico.

**FEDE** es el órgano representativo del colectivo de personas con diabetes en España que, a día de hoy, padecen cerca de 6.000.000 de personas, para lo que cuenta con un total de 18 federaciones autonómicas y 150 asociaciones locales de personas con diabetes, distribuidas por todo el territorio nacional.

Entre sus principales objetivos se encuentran defender los derechos de estas personas; contribuir al apoyo moral, físico y educativo del colectivo; fomentar y apoyar la educación diabetológica; promover la mejora de la asistencia sanitaria; prevenir, intervenir y detectar precozmente la diabetes; e impulsar y desarrollar el interés y el desarrollo de la investigación.

Numerosos estudios científicos señalan que la práctica regular de actividad física y una dieta sana y equilibrada son beneficiosas para reducir los niveles de glucosa en sangre. La colaboración entre las dos entidades, por tanto, resultará positiva para los miembros de este colectivo.



6ª Diabetes Cup España

El presidente de FEDE, **Juan Francisco Perán**, señaló que “el ejercicio físico y un estilo de vida saludable son dos de las mejores herramientas para el tratamiento de la diabetes. Para los adultos es clave para ayudarles en el control metabólico; y para los adolescentes y niños, además, para normalizar su situación, al realizar actividades deportivas en grupo, con otros chavales de su edad, tengan o no diabetes. Así pues, es fundamental que todo el colectivo introduzca, de una manera habitual y cotidiana”.

Perán añadió que “la firma de este acuerdo representa un importante paso más hacia la normalización de la diabetes a través del deporte, pues

pone en valor la actividad física como algo clave para la calidad de vida del colectivo al que representa FEDE. Todo lo que se haga coordinadamente, a partir de ahora, estará centrado en alcanzar este objetivo”.

Por su parte, **Fernando Soria** indicó que “desde **España se Mueve** consideramos prioritario trabajar con todos aquellos colectivos interesados en promocionar la actividad física para la mejora de la salud. Dada la magnitud de la Federación Española de Diabetes (FEDE), consideramos muy positivo este convenio que, además, incorpora al **Consejo General de Enfermería**, que mantiene una estrecha relación con FEDE”.

➡ Promoverán hábitos saludables entre las personas con diabetes

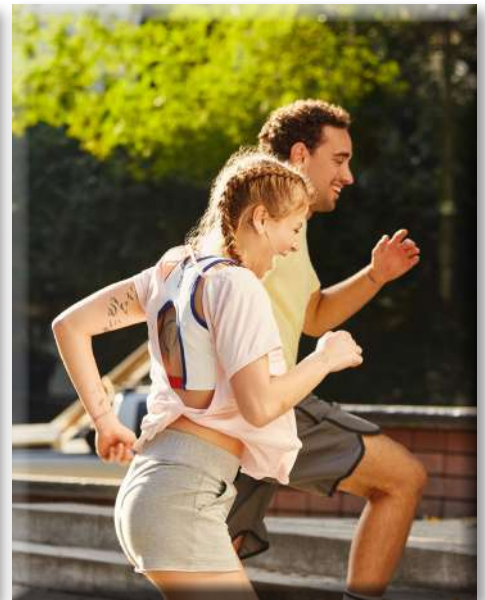
# Una encuesta de Gympass señala la importancia del bienestar en el trabajo

Una encuesta realizada por la plataforma de bienestar corporativo Gympass señala que solo el 34% de los españoles están concienciados con la felicidad laboral y dan al compromiso de bienestar de las empresas la importancia que se merece.

**E**l trabajo ocupa una parte fundamental en la vida de las personas. Como mínimo, la mayoría de ellas pasan una tercera parte del día trabajando, por lo que se hace indispensable que los empleados se encuentren cómodos, seguros y felices en sus empresas.

Sin embargo, según una encuesta realizada por la plataforma de bienestar corporativo **Gympass**, tan solo el 34% de los españoles están concienciados con la felicidad laboral y le dan importancia que se merece al compromiso de bienestar, y los beneficios que este aporta a las organizaciones, tales como:

- Aumenta la motivación de los empleados y, por tanto, su productividad en el trabajo.
- Incrementa el grado de compromiso de un trabajador, a medida que sienten que la empresa se interesa de forma sincera por ellos.
- Reduce el absentismo laboral, ya que previene las molestias físicas y mentales propias del trabajo y se reducen los costes derivados de las bajas.
- Atrae, motiva y retiene a los empleados de tu empresa.
- Aumenta la interacción, participación y creación de comunidad entre los trabajadores, lo que mejora el ambiente de trabajo.



- Beneficia la imagen corporativa de la empresa y, por tanto, de su valor social.

Teniendo en cuenta estas ventajas antes descritas, es importante que las empresas presten cada vez más atención a la organización de la empresa y focalicen sus esfuerzos en ofrecer políticas, programas y ofertas de beneficios, así como una cultura organizacional adecuada. Por este motivo, fomentar hábitos saludables entre empleados se ha convertido en una de las tareas más importantes que los directores de Recursos Humanos, ya que está demostrado que un empleado que se siente bien consigo mismo es

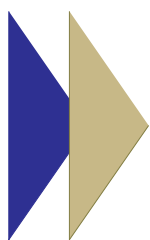
↳ Esta entidad ofrece programas de salud física, mental y financiera

más productivo, activo y, definitivamente, rinde mejor durante la jornada de trabajo.

En este sentido, Gympass, la plataforma de bienestar corporativo, recoge en una sola solución todas estas ideas con su oferta de bienestar holístico, a través de programas de salud física, mental y financiera. En la actualidad, ofrece acceso a más de 50.000 gimnasios, 1.300 clases bajo demanda, 2.000 horas de meditación, 1.000 recetas saludables, sesiones de terapia individual semanales y cientos de entrenadores personales, con las que motiva al bienestar en el lugar de trabajo.

# KYKO JORRETO

Universidad Francisco de Vitoria



“El programa UFVDeporte es un traje a medida para nuestros estudiantes”

La Universidad Francisco de Vitoria sigue apostando por el deporte y ayudando a sus estudiantes a compaginar ambas facetas. Prueba de ello es el UFVDeporte, su programa de acompañamiento al deportista.



## ¿En qué consiste el programa UFV Deporte?

Es un programa de la Universidad Francisco de Vitoria de Madrid de acompañamiento educativo para deportistas que permite la conciliación de la carrera deportiva con la exigencia académica que tiene hoy en día la universidad actual. Consiste en un verdadero “traje a medida” que permita al deportista atender ambas realidades vitales simultáneamente y de modo personalizado.

## ¿Por qué es tan importante la formación para un deportista?

El deportista tiene que ser consciente de que la carrera deportiva es efímera y debe prepararse para el futuro del mejor modo posible, con una formación que le permita, cuando abandone la práctica deportiva, insertarse en el mercado laboral con garantías.

## ¿A quién va dirigido?

Está dirigido a deportistas de alto nivel (DAN) y deportistas de alto rendimiento (DAR), que puedan acreditarse como tal se-

gún la normativa vigente. No obstante, también tenemos una categoría llamada “Talento Deportivo” para poder plantear el ingreso de deportistas que, por la especificidad de su modalidad deportiva, maduración deportiva, trayectoria o proyección no cumplen con esos requisitos, pero pueden ser a futuro deportistas de este tipo.

## ¿Qué beneficios obtiene un deportista que pertenece a este programa?

En ese “traje a medida” se incluye el acompañamiento de un mentor personal durante toda tu trayectoria académica, calendarios personalizados, cambios de exámenes, horarios adaptados, acceso a las instalaciones deportivas gratuitamente, clínica de fisioterapia, nutricionista, acompañamiento entre pares de otros deportistas de la universidad, repercusión de RRSS, etc.

## ¿Cómo pueden inscribirse?

Al solicitar información de cualquiera de los grados que la Universidad Francisco de Vitoria

ofrece, solicitan también pertenecer al programa UFVDeporte si cumplen a priori las condiciones para su acceso y esas solicitudes me llegan a mi como director del programa para estudiar cada caso de modo individual atendiendo todos los condicionantes (modalidad deportiva, grado que quiere estudiar, horarios de entrenamiento, situación personal y familiar, etc).



*En sus tres años de vida, han pasado por él más de 50 deportistas*



## ¿Cuántos alumnos ha pasado ya por este programa? ¿Alguno que quieras destacar?

En los tres años que lleva el programa funcionando (uno inicial en modo “piloto” y dos formales), han pasado por nuestras manos más de 50 deportistas de más de 25 modalidades deportivas distintas. Tenemos jugadores de golf, jinetes, nadadores, futbolistas, tiradores, o pilotos, y multitud de deportistas de modalidades deportivas de equipo en casi cualquier disciplina. Destacar alguno es difícil, todos son un “regalo”.

# Día Internacional del Yoga en Dreamfit

El próximo 21 de junio se celebra el Día Internacional del Yoga. La cadena de gimnasios Dreamfit ha preparado un completo programa de actividades para conmemorar esta efeméride con todos sus socios.

**E**l yoga es una disciplina de meditación que nació en la India y que simboliza la unión entre el cuerpo y la mente. Algunos de los beneficios que se pueden conseguir con su práctica son el cultivo de la paz interior, la reducción del estrés, la prevención de enfermedades degenerativas, las mejoras en la concentración o el aumento de la flexibilidad.

El 21 de junio se celebra su Día Internacional y



**Dreamfit** quiere conmemorarlo acercando su práctica a todos los usuarios de sus centros deportivos, con un completo programa de actividades dirigidas tanto para aquellas personas que lo practican habitualmente, como para los que quieren iniciarse en esta modalidad.

Para ello, se han preparado unas clases especiales de yoga en los diversos centros que Dreamfit tiene en toda la geografía española.

## Clases especiales de yoga en los centros Dreamfit

### Alcorcón:

- Yoga en el solárium de 9:30-10:30
- Pilates en el solárium a las 10:30
- Pilates en el solárium a las 20:00

### Alicante:

- Yoga de 10:30 a 11:30

### Aluche:

- Yoga en el solárium a las 19:30

### Castellón:

- Yoga de 15:30 a 16:30

### Gijón:

- Yoga Waves en la playa de San Lorenzo de 18:30 a 20:00

### Las Palmas:

- Yoga en el solárium de 17:15 a 18:15

### Logroño:

- Yoga + meditación de 19:00 a 20:30

### Moratalaz:

- Yoga en el solárium a las 10:00
- Yoga en el solárium a las 21:00

### Oviedo:

- Yoga de 20:00 a 21:30

### Sant Adrià:

- Yoga + meditación en el solárium de 12:00 a 13:00 (¡Ven de color blanco!)

### Sant Boi:

- Yoga en el solárium de 19:45 a 20:45

### Segovia:

- Yoga (saludo a los cuatro elementos) + meditación de 10:00 a 11:15
- Yoga (101 saludos al sol) de 17:00 a 18:30

### Sevilla:

- Yoga en el solárium de 10:30 a 11:30 [al finalizar se servirá té frío o zumo]
- Yoga en el solárium de 20:15 a

21:15 [al finalizar se servirá té frío o zumo]

### Valdebernardo:

- Mix especial de Yoga en BodyBalance a las 12:30
- Yoga de 17:15 a 18:15

### Valencia:

- Yoga en el solárium de 9:15 a 10:15

### Vallecas:

- Yoga en el solárium de 19:00 a 20:00

### Ventas:

- Yoga en el solárium a las 10:00

### Villaverde:

- Yoga en el solárium a las 9:00
- Yoga en el solárium a las 20:00

### Zaragoza:

- Yoga en el solárium de 16:30 a 17:30 [al finalizar se servirá té frío o zumo]

# Tratamiento con plasma rico en plaquetas

El tratamiento con plasma rico en plaquetas es una técnica que consiste en la aplicación autóloga de plasma en una concentración supra fisiológica de plaquetas, que se activan o son activadas para que liberen los factores de crecimiento y las sustancias de los gránulos A, con el objetivo de favorecer, estimular o iniciar, el proceso de cicatrización, regeneración o curación de los distintos tejidos dañados, aplicándose de forma ambulatoria en la mayoría de los casos de forma ambulatoria, o como complemento de una técnica quirúrgica.

ES muy frecuente su uso, en la actualidad, tanto en traumatología como en medicina deportiva, donde se acoge lo más novedoso con gran esperanza, aunque es un procedimiento cada vez más utilizado. De hecho, existen datos de su uso desde hace más de 20 años.

**ADEMÁS**, es un procedimiento admitido por la Agencia Mundial Antidopaje, al no considerarlo como medicamento, aunque es cierto que no existen muchas bases regulatorias.

**LA** preparación de este plasma enriquecido consiste en tomar una muestra de sangre autóloga (del paciente) con concentraciones superiores a las fisiológicas. En estas plaquetas existen gránulos A, con factores de crecimiento, que son liberados localmente cuando se activan, factores muy importantes como son

PDGF, TGF- $\beta$ 1, VEGF, FGF, EGF, FACTOR 4, angiopoyetinas y endostatinas. Además, el plasma posee HGF e IGF.

**A** su vez también son sustancias de interés en la cascada de recuperación tisular la adenosina, histamina, serotonina y el calcio. Todas estas moléculas pueden estimular la curación de un tejido dañado, mediante procesos de angiogénesis, miogénesis, quimiotaxis, reclutamiento celular y estimulación de la diferenciación y proliferación celular.

**ES** un proceso sensible mediante el cual extraemos sangre del paciente, se lleva a una centrifugación y separación de la fracción con plasma y concentrado de plaquetas, separando siempre la serie roja. Los leucocitos pueden estar presentes o no según la forma de preparación. En el mercado existen kits que hacen posible la separación de forma segura. Posteriormente, se puede activar mediante métodos químicos o simplemente con la infiltración y movimiento de la zona tratada.

**LAS** indicaciones, en maxilo facial, cirugía plástica y en todo

tipo de tejidos del aparato locomotor; hueso, ligamento, cartílago, músculo, tendón y, muy frecuentemente, en las roturas de tendinosis, tendinopatías crónicas, lesiones maculares, cartílago, ligamentos, fracturas y pseudoartrosis, es fundamental.

**EN** un periodo pre y post tratamiento, lo único que se desaconseja es el uso de antiinflamatorios no esteroideos o corticoides, aunque siempre en un corto periodo de tiempo.

**LAS** contraindicaciones a la técnica son la trombopenia, tratamientos con anticoagulantes, cáncer infección activa o embarazo. Puede haber complicaciones, locales secundarias a cualquier infiltración, lo que hace que sea una técnica de mínimo riesgo, porque además el plasma tiene una acción bactericida.

**LA** evidencia clínica, tras el análisis del uso de forma habitual, nos revela la mejoría en patología tendinosa, tendinopatías de Aquiles, epicondilitis, tendón rotuliano, etc. En artrosis de rodilla, hay mayor mejoría que en los tratados únicamente con ácido hialurónico. En reconstrucciones de ligamentos y reparaciones de glenoides, tanto de hombro como de cadera, produce un efecto antiinflamatorio y de reducción del dolor.

**LO** que parece indudable es la eficacia de dichos tratamientos, siempre y cuando exista una buena indicación clínica.



Ana Mª Jara Marcos

TRAUMATÓLOGA Y ESPECIALISTA EN MEDICINA REGENERATIVA

Es muy efectivo en la recuperación de lesiones





# El 96% de las muertes súbitas se producen en el deporte recreativo

Un reciente estudio publicado en Revista Española de Cardiología (REC) concluye que la mayoría de las muertes súbitas asociadas al deporte (63%) se deben a la cardiopatía isquémica, es decir, infarto de miocardio o angina de pecho.

El trabajo señala también que este hecho afecta de forma notablemente más alta a hombres que a mujeres y, en concreto, tienen más riesgo de sufrirla aquellos que practican fútbol menores de 35 años, y ciclismo y carrera a pie a partir de los 39 años.

El Dr. Joaquín Lucena, uno de los autores, señala que “estos resultados pueden estar relacionados con el alto componente dinámico del ciclismo y el fútbol (gran consumo de oxígeno) y con el alto componente estático del primero (aumento de la presión arterial). Otros factores que podrían justificar el mayor riesgo entre los ciclistas son su mayor edad, con mayor prevalencia de cardiopatía isquémica, y la obesidad”.

Durante un periodo de ocho años, la investigación recogió 288 casos de muerte súbita asociada al deporte, lo que supone una incidencia de 0,38 casos por cada 100.000 habitantes al año. El Dr. Lucena explica que “aunque la muerte súbita asociada a la actividad deportiva en España tiene una incidencia muy baja, es un acontecimiento dramático con importantes implicaciones en el ámbito clínico y social”.

El 99% de los casos de muerte súbita asociada al deporte fue de origen cardiovascular. Después de la cardiopatía isquémica, el segundo grupo más predominante fue el de las enfermedades del miocardio (21%), entre las que destacan la miocardiopatía hipertrófica ventricular izquierda



y la miocarditis. El síndrome de muerte súbita arritmica supuso solo el 6% del total.

El investigador detalla que “por grupos de edad, a partir de los 40 años, la cardiopatía isquémica se dispara como causa de la muerte con tasas de hasta el 80%, mientras que en jóvenes de entre 20 y 34 años, las enfermedades del miocardio fueron las más prevalentes (un 38%), aunque destaca también en este grupo la cardiopatía isquémica, próxima al 30%”.

Entre los que practicaban ciclismo y carrera, la cardiopatía isquémica fue la causa de la muerte en el 74 y el 60% de los casos, respectivamente. En el fútbol, la cardiopatía isquémica también es la primera causa de muerte (43%), aunque seguida más de cerca por las enfermedades del miocardio (37%).

Respecto a los datos clínicos de los afectados, el 42% pre-

sentaba algún factor de riesgo cardiovascular (obesidad, hipertensión arterial, dislipemia, tabaquismo y diabetes mellitus), cifra que ascendía hasta el 62% en los mayores de 54 años.

Esta investigación también pone de manifiesto que en el 10% de los casos la enfermedad que causó la muerte súbita durante la práctica deportiva se conocía en vida, en otro 13% de los casos había síntomas cardiovasculares (principalmente palpitaciones/ arritmia y síncope) y en un 20%, antecedentes familiares.

El Dr. Carlos Macaya, presidente de la [Fundación Española del Corazón](#), asegura que “los beneficios del deporte son innegables, pero queremos recalcar que debemos practicarlo de forma sensata. La actividad física es fundamental para mantener una buena salud cardiovascular, siempre que se acompañe también de una alimentación variada y equilibrada”.

➔  
Afecta más a los hombres que practican ciclismo y running

# JOSÉ MANUEL FRANCO

Presidente del Consejo Superior de Deportes

## “El deporte es clave para la sociedad y para su ánimo”



José Manuel Franco llegó al CSD tras la marcha de Irene Lozano a la Comunidad de Madrid. Gran aficionado al deporte, tiene claras sus prioridades, marcadas por la reactivación del sector tras la pandemia por el Covid.

### ¿Le concede una gran importancia social al deporte?

Si algo ha sido evidente en este último año y medio de pandemia es el hecho de que el deporte es clave para nuestra sociedad y para su ánimo. Lo vimos durante el confinamiento, momento en que un gran número de ciudadanos dedicaba el tiempo en sus casas a realizar todo tipo de actividades deportivas. También cuando pudimos volver a salir y ese ejercicio se trasladó a las calles. Y lo seguimos viendo, porque esa costumbre se ha instaurado entre muchas

personas. El deporte es un mecanismo que aporta bienestar y en este camino de recuperación tiene un papel clave.

### Se ha demostrado que el ejercicio es beneficioso contra la COVID. ¿Son necesarias más políticas de “deporte para todos”?

Es irrefutable que el ejercicio físico tiene múltiples beneficios para la salud. Tanto a la hora de prevenir enfermedades, como para mejorar el ánimo y el estado psicológico de las personas. Por eso, es eje de todas

“

*Priorizaremos políticas que incentiven comportamientos saludables*

”

las políticas públicas que desarrollamos y vamos a desarrollar. Siempre con el objetivo de que todos los ciudadanos se vean implicados, porque el deporte no tiene edad.

### ¿Preocupan los altos índices de obesidad y sedentarismo?

Sin duda. La obesidad y el sedentarismo son dos factores de riesgo para un amplio número de enfermedades y problemas de salud. Los índices actuales no son tolerables. Según datos de 2017 del Ministerio de Sanidad, la obesidad afecta a más

de un 17% de la población, pero si hablamos de sobrepeso estamos cerca del 40%, al igual que si nos referimos a los niveles de sedentarismo, que ronda el mismo porcentaje.

**¿Desarrollarán una línea de trabajo específica en este sentido?**

Es una de nuestras máximas prioridades, fijar políticas enfocadas a cambiar costumbres poco recomendables para nuestra salud, al mismo tiempo que incentiven todos aquellos comportamientos saludables. Ya se están desarrollando y queremos que lleguen a las personas para quedarse. Hacer del deporte parte de nuestro día a día es fundamental para que se generen esos hábitos saludables que tantos beneficios nos dan.

**¿Qué otros objetivos se marca para esta minilegislatura?**

Tenemos unos meses por delante de mucho trabajo y los afrontamos con el objetivo principal de reactivar el sector del deporte para volver a hacer de España un país líder y referente en este ámbito. En el horizonte tenemos asuntos clave como la nueva Ley del Deporte, la Ley del Dopaje, el Estatuto del Deportista, la profesionalización del fútbol femenino o la gestión de los fondos europeos. El deporte es un asunto estratégico para nuestro país y, por eso, en cuatro años le dedicaremos casi 1.000 millones de euros. Una inversión histórica que hará de este sector un eje transversal de las políticas públicas para la recuperación.

“

*El bagaje de Albert Soler es indiscutible*

”

“

*Queremos que España sea líder y referente en el deporte*

”

Para alcanzarlos, **¿Albert Soler es un valor seguro por su experiencia?**  
El bagaje del director general es indiscutible. Su trayectoria en el ámbito deportivo y en la gestión pública y privada está de sobra acreditada. Si a todo ello sumamos su competencia, com-

promiso y amor por el deporte, le convierten en una garantía segura para que el trabajo del Consejo Superior de Deportes tenga los mejores resultados.

**Sobre los fondos europeos para el deporte, ¿a qué ámbitos se le dará prioridad?**

Los fondos europeos van a servir para dar un impulso modernizador a nuestro país y el ámbito del deporte va a ser una de las palancas que se activen para que así sea. Para ello se van a destinar esos 300 millones de euros en forma de ayudas directas enfocadas a cuatro principios principales: la digitalización del sector del deporte, el plan de transición ecológica de instalaciones deportivas, la igualdad de género y la cohesión social y territorial.

Textos: Fernando Soria/  
Marta Muñoz

Fotos: CSD

**“Me encantan los huevos fritos con jamón”**

**Es muy aficionado al deporte, ¿practica ahora alguno?**

*Es verdad que soy muy aficionado al deporte, pero por desgracia ahora mismo no practico ninguno porque el tiempo del que dispongo es mínimo. Me gustaría practicar el ciclismo, adaptado a mi edad y a mis condiciones físicas actuales. En mis ratos libres, realizo ejercicio de mantenimiento.*

**Baloncesto y fútbol, ¿sus deportes favoritos?**

*Ambos, sí, son dos de mis dos deportes favoritos, pero no puedo olvidar el balonmano, un deporte que he practicado. Aunque, la verdad, siempre*

*me ha gustado todo el deporte, y esto no es una frase hecha.*

**Siendo madridista, ¿le preocupa que Albert Soler sea azulgrana?**

*Nunca he ocultado esa afición por el Real Madrid. He sufrido y he disfrutado mucho. Pero está claro que en el cargo que ocupo no tengo colores, mis únicos colores son los de España. Entiendo que él también habrá dejado aparcados sus colores.*

**¿A qué deportista le gustaría conocer?**

*Me gusta conocer a los que día a día dedican horas y horas a entrenarse y que son*

*desconocidos para el gran público. Cuando tengo ocasión les visito y hablo con ellos en las instalaciones del CSD.*

**¿Considera importante una dieta equilibrada?**

*Es fundamental: Dieta equilibrada y deporte es la mejor receta para que tengamos una sociedad mucho más saludable y para mejorar la salud de los ciudadanos.*

**¿Cuál es su plato favorito?**

*Quizás no es lo más saludable, no lo sé, pero los huevos fritos con jamón.*



**¿Qué otras aficiones tiene?**

*La lectura y una lectura en papel, me gusta tocar el libro. Me ha impactado “El ocho”. También me gusta el cine.*

# El ejercicio, servicio esencial para la recuperación post covid-19

Antes de la pandemia, la ciencia ya había valorado el importante papel del ejercicio físico para influenciar de forma positiva en el sistema inmune. Sin embargo, hubo que recordarlo en más de una ocasión (Simpson y Katsanis, 2020), y además hacer hincapié sobre el papel de la práctica físico-deportiva para la prevención y mejor pronóstico de diferentes patologías (Booth, Roberts y Laye, 2012; Pedersen y Saltin, 2015) que parecen tener mayor riesgo de complicaciones en el caso de enfermar por Covid-19.

**PERO**, más allá de estas hipótesis, investigadores de todo el mundo comenzaron a corroborar cómo el ejercicio físico es un factor importante para reducir los riesgos, e incluso la mortalidad, por Covid-19. En octubre de 2020, Brawner y cols. aportaron la primera evidencia que parecía señalar claramente que, a mayor aptitud cardiorrespiratoria, menor probabilidad de hospitalización por coronavirus. En febrero de 2021, un estudio realizado en una gran muestra de 941.280 sujetos, concluyó que “la actividad física podría disminuir causalmente el riesgo de enfermedad grave por COVID-19” (Shuai Li y XinyangHua, 2021).

**RECIENTEMENTE**, se ha publicado un estudio realizado por personal investigador español del Hospital Clínico San Carlos (Salgado y cols., 2021), cuyos hallazgos señalan que aquellas personas cuyo estilo

de vida no era suficientemente activo tenían un riesgo de mortalidad por Covid-19 ocho veces mayor. En otro estudio publicado hace unos días hallaron que las personas inactivas tenían el doble de probabilidad que las activas de ser ingresadas, 2,5 veces más riesgo de morir como resultado de esta infección y un 73% más de requerir cuidados intensivos (Sallis y cols., 2021).

**POR** último, en una revisión sistemática y metaanálisis realizada por investigadores de Bélgica, Reino Unido y España, concluyeron que la actividad física regular, de moderada a vigorosa, se asocia con un riesgo reducido de enfermedades infecciosas adquiridas en la comunidad (31%) y mortalidad por enfermedades infecciosas (37%), la mejora de la primera línea de defensa del sistema inmunológico y el aumento de la potencia de la vacunación (Chastin y cols., 2021).

**ADEMÁS** de la capacidad preventiva de la práctica físico-deportiva con respecto a la Covid-19, no podemos olvidarnos del gran trabajo que están realizando educadoras y educadores físico deportivos en colaboración con profesionales sanitarios, implementando programas de ejercicio físico como herramienta coadyuvante en personas que superan la infección o enfermedad.

**UN** ejemplo de ello es el Proyecto RECOVE (Long-COVID), en el que se implementan ocho

semanas de entrenamiento individualizado y supervisado en personas con síntomas persistentes de la Covid-19 y cuyos resultados contribuirán a una respuesta más eficiente en materia de salud pública. Además, la puesta en marcha de este proyecto de investigación ha servido para la implantación del servicio de rehabilitación post Covid-19 en el Hospital Quirónsalud de Murcia, formado por un equipo multidisciplinar en el que también se integra un educador físico deportivo.

**MUNICIPIO** de toda España han puesto en marcha sus recursos para que el denominado “ejercicio referido” (prescrito por el personal médico para su derivación a un centro deportivo), se convierta en una realidad para beneficiar a aquellas personas que han superado el virus. El Ayuntamiento de León o el Ayuntamiento de Granada son ejemplos de grandes ciudades donde se han incorporado estos servicios, pero también pequeñas localidades están promoviendo el ejercicio físico como herramienta coadyuvante post covid-19.

**UNA** vez más, se demuestra la importancia de que educadoras y educadores físico deportivos formen parte de equipos multidisciplinarios junto con profesionales sanitarios, esta vez para minimizar las secuelas y mejorar la condición física y psíquica, y en consecuencia, la calidad de vida de las personas con síntomas persistentes.



VICENTE GAMBAU

PRESIDENTE DEL CONSEJO COLEF

Los educadores físico-deportivos están colaborando con los sanitarios

# Los derechos del menor en el deporte

**E**n nuestra sociedad, el Deporte se constituye como un elemento fundamental y eje que vertebra y equilibra el ocio, el tiempo libre y la recreación del ciudadano. Su práctica genera valores, siempre y cuando su promoción y desarrollo se realice de una manera adecuada y la adquisición de estos valores se consiga desde edades muy tempranas y con un trabajo riguroso y sistemático que, desgraciadamente en muchas ocasiones, se ve dificultado por trabas e inconvenientes y, en consecuencia, no se alcanzan los objetivos deseados.

**LA** Ley de Protección Integral a la infancia y a la adolescencia frente a la violencia, aprobada recientemente en el Congreso de los Diputados, muy de actualidad en estos momentos, me permite hacer una reflexión sobre los derechos del menor en el Deporte y abordar desde este prisma la problemática de este colectivo y de todos aquellos aspectos que inciden en él y que generan no pocos quebraderos de cabeza a todo el sector del Deporte. Aspectos tales como la falta de seguridad, temas relacionados con la solidaridad, educacionales, familiares..., etc.

**LA** ley y su directiva protege la lucha contra la violencia en el niño y en el adolescente, cuestión aparte y en paralelo, hay otra serie de derechos que preventivamente deberemos preservar en la actividad física y deportiva del menor si queremos que el Deporte sea esa fuente de valores que teóricamente enunciamos y lo hacemos con frecuencia, pero que en la práctica está salpicada de malos hábitos y contradicciones que deberemos atajar si queremos que el Deporte en estas edades se realice en un entorno sin presiones, ni



Antonio Montalvo de Lamo

La práctica deportiva debe mejorar su desarrollo físico y emocional

explotaciones y en un escenario integrador e inclusivo.

**SIN** desdeñar la tecnificación, ni el medio y alto rendimiento, del que hablaré más adelante, el deporte participativo ocupa un espacio amplio y está impregnado de una filosofía que se identifica con el ocio, la recreación, la salud y donde el resultado no es lo prioritario, quedando en un segundo lugar, siendo lo prioritario que su práctica favorezca y mejore el desarrollo físico y emocional del menor.

**EN** línea con lo expuesto adquiere una especial significación que las organizaciones deportivas, clubes, las propias administraciones públicas y, en especial, la administración local garantice ofertas deportivas a estas edades y atendiendo a particularidades y características que no condicionen el acceso a estas ofertas a personas con diversidad funcional o cualquier otro rasgo que lo supedita.

**SERÁ**, por tanto, conveniente definir el entorno de niños y jóvenes que participan en actividades deportivas, para muchos de ellos sus objetivos, así como los de sus padres o tutores son recreativos y sociales,

para otros su participación se encuadra en programas de desarrollo deportivo, donde la competición es un medio de cubrir esta etapa y donde el rendimiento deportivo se entremezcla a con fines de ocio activo y sociales.

**PARA** otros muchos, los menos, el Deporte es un fin en sí mismo y puede convertirse en una actividad remunerada y/o compensada. Me estoy refiriendo a los deportistas de alto rendimiento y específicamente los que lo son en edades tempranas y es con ellos con los que se tiene que tener una especial atención y dedicación.

**EN** este escenario es donde tenemos que erradicar todos aquellos actos o hechos que perjudiquen o hagan daño a estos deportistas, bien por violencia en sus distintas formas, mental, física, abuso, maltrato... O por su propia seguridad en todos los ámbitos donde se desarrolla el Deporte, instalaciones deportivas, centros escolares u otros.

**HABRÁ** que proporcionar a estos deportistas entornos seguros, sin presiones, ni explotaciones, protegiendo estos derechos y conciliando rendimiento deportivo con otros fines, educativos, familiares y sociales. Solo así conseguiremos el desarrollo integral y la protección necesaria del menor contra toda forma de perjuicio o abuso físico o mental, descuido o trato negligente, explotación, en dirección de las líneas que fija la Convención de Derechos del Niño de Naciones Unidas e intentando facilitar la prevención de todos los factores de riesgo, ya enumerados, que intervienen en la participación de los jóvenes en el Deporte.

# La Selección y Luis Enrique

**E**n este número me quiero referir al proceso que se ha llevado a cabo para conformar la Selección Española de Luis Enrique. No ha sido algo reciente, ni mucho menos. Desde Miguel Muñoz, con aquel 12-1 a Malta, ya se empezó a vislumbrar un modelo de juego que ha ido perdurando con el paso de los años.

**LA** Federación Española ha trabajado siempre, desde que recuerdo, con los mejores técnicos y casi con las mismas estructuras de trabajo, desde las categorías inferiores. Por eso, hay que felicitar no solo a



**Luis López Nombela**  
ENTRENADOR NACIONAL DE FÚTBOL

*El gran Maradona nos dijo adiós*

los entrenadores de ahora, sino a los dirigentes de la federación, que llevan muchos años haciendo un magnífico trabajo.

**YO** mismo tuve que hacer un trabajo similar en un país de América Central al que fui enviado por el Consejo Superior de Deportes y que salió muy bien gracias a los dirigentes que había en los años 90, 91, 94 y 95.

**ESTÁ** claro que los españoles trabajan según sus métodos, establecidos a lo largo de los años, pero no todo el mérito es del equipo técnico de turno, sino de la continuidad que lleva habiendo a lo

largo de los años. Y no se nos puede olvidar premiar a los que tan buen trabajo hacen con todas las categorías inferiores, de donde saldrán los futuros jugadores de Primera División.

**NO** me quiero despedir hasta el año próximo sin recordar a la gran figura de Maradona, que nos dejó hace unas semanas con tan solo 60 años. Hay jugadores que siempre quedarán en nuestra memoria, por los buenos momentos que nos hicieron disfrutar, como Di Stéfano, Pelé, Gento y otros muchos que hicieron del fútbol un gran oficio. Descanse en paz.

**muni deporte .com**

[www.munideporte.com](http://www.munideporte.com)

**El Portal del Deporte Municipal**

# Retos para una nueva época

La renovación de la Presidencia y Junta Directiva de la Federación de Asociaciones de Gestión Deportiva de España (FAGDE) a finales del mes de abril coincide con la apertura de una nueva época en el deporte español. A los retos anteriores a la pandemia que quedaron paralizados, se une ahora un proceso de desescalada en las restricciones y de recuperación de la actividad deportiva de la ciudadanía, tanto en el ámbito de la actividad asociativa, como en los servicios deportivos públicos y privados, en el fitness, en el deporte en edad escolar, en el turismo activo... Una nueva época que se va a ver caracterizada por un más que probable cambio en el comportamiento de la ciudadanía frente a los servicios, actividades y entidades deportivas.

**PARA** hacer frente a esta nueva fase, una nueva Junta Directiva de FAGDE se incorpora a la dirección de la misma; una Junta que representa una profunda renovación sobre la anterior, con la incorporación de hombres y mujeres de una nueva generación, representantes a su vez de la diversidad territorial de nuestra federación, y que propone para los próximos años trabajar en tres objetivos prioritarios.

- En primer lugar, dar más participación y prota-



**Fernando  
París  
Roche**

**PRESIDENTE  
DE FAGDE**

*Es necesario asociarse para tener más fuerza*

gonismo a las asociaciones que forman la federación y poner en valor la dimensión y la fuerza de las mismas: 1.400 gestores y gestoras profesionales asociados, al frente de cientos de entidades, empresas, centros deportivos, instalaciones, clubes o federaciones. Entidades cuyos presupuestos suman muchos cientos de millones de euros y que representan un sector determinante y cualitativo en el deporte español.

- En segundo lugar, y vinculado a lo anterior, poner en común todo el conjunto de las actividades que desarrollan las asociaciones pertenecientes a FAGDE en un programa unificado a los efectos de la difusión e información, que posibilite una mayor accesibilidad a muchas de las actividades que organizan nuestras entidades, independientemente de su lugar de residencia.

- En tercer lugar, también hay una dimensión nacional o estatal en la gestión del conocimiento y en la formación en nuestro sector, en la que FAGDE tiene que jugar un papel importante. Ese impulso a la gestión del conocimiento llevará a la generación de relaciones con universidades, centros de investigación, cátedras universitarias, así como la mejora de nuestra revista digital ya consolidada "Dirección y Gestión del deporte".

**ESTOS** objetivos deberían de permitirnos participar, como uno de los agentes referente del sistema deportivo español, en el proceso ilusionante que se inicia ahora de recuperación en nuestro país. Proceso que, si bien tiene que estar liderado por las autoridades deportivas, necesita de la suma, confluencia e implicación del resto de los agentes que conforman el modelo deportivo español, y entre los que se encuentran las personas responsables de la gestión de nuestras entidades, eventos, empresas, clubes, federaciones.

**SI** queremos influir e incidir en la nueva normativa deportiva en España y en sus Comunidades Autónomas; si queremos ayudar a un fortalecimiento de la vinculación entre deporte y salud; si queremos un mejor tratamiento fiscal a los servicios deportivos con la necesaria rebaja del IVA; si queremos contribuir a mejorar la calidad de los mismos; o si queremos influir e incidir en el modelo deportivo, debemos estar asociados.

**ESTA** es una invitación a asociarse a aquellas personas que todavía no lo estén. Nuestra dimensión también nos dará más fuerza. Y este es el momento oportuno para implicarse.

# La Comunidad de Madrid apuesta por visibilizar el deporte femenino

La Comunidad de Madrid está apostando por el deporte femenino y trabajando para que gane visibilidad tanto en la región como en el resto de España. No solo en el deporte base, sino también en el de competición.

La consejera de Presidencia en funciones, **Eugenia Carballedo**, explicó que “en el Gobierno regional consideramos esencial la visualización del deporte femenino para su desarrollo y aspiramos a que el público y también las empresas y patrocinadores vean el deporte femenino una oportunidad porque inspira valores”.

En este sentido, la **Comunidad de Madrid** es una de las regiones que lidera el ranking de mujeres federadas por Comunidades Autónomas, con cerca de 150.000 licencias, lo que supone un 28% sobre el total de licencias federadas a nivel regional.

También se observa, que en el crecimiento interanual de licencias federadas, las licencias masculinas crecen a un ritmo interanual de en torno al 2,1 mientras que las femeninas alcanzan casi el 5 (4,7%). Es decir, crecen más del doble.

Hay deportes en los que este incremento está siendo muy destacado. Además del fútbol, se observa también en otras disciplinas como el baloncesto, golf o voleibol, e incluso, en alguno de los que se denominan minoritarios, como esgrima o bádminton.

Hay que destacar igualmente que el deporte forma, cada día más, parte del ocio de los ciudadanos. Así, la práctica deportiva semanal de mujeres en la Comunidad de Madrid es del 47,8%, superando en 5,7 puntos la media nacional.



Recepción a las jugadoras y cuerpo técnico del Voley Alcobendas, Tres Cantos Patín Club y Majadahonda hockey hielo

Para el gobierno regional, es muy importante apoyar, ayudar y trabajar con el deporte base. Así, en sus programas deportivos en centros educativos como IPAD (Institutos Promotores de Educación Física) y Madrid Comunidad Deportiva, han conseguido casi una paridad objetiva de participación (58% masculina, 42% femenina) en deportes como bádminton, taekwondo, judo o atletismo, observando que los deportes donde existe un mayor desequilibrio son el fútbol, fútbol sala y tenis de mesa, donde la participación masculina es del 92%, 87% y 74%, respectivamente. Por el contrario, en patinaje, voleibol y gimnasia la participación femenina es superior, alcanzando el 85%, 80% y 71%.

Destaca también el hecho de que en uno de los programas para todos los municipios de la Comunidad de Madrid, el programa

Madrid Región Activa, la participación femenina en este último ejercicio (19-20) fue superior a la masculina, siendo un 63,97% del total. Se trata de una iniciativa que busca desarrollar, en colaboración con las entidades locales, proyectos dirigidos a fomentar el ejercicio físico entre toda la población y luchar contra el sedentarismo.

Carballedo aseguró que “en la Comunidad de Madrid hemos conseguido acercar la participación femenina a la masculina en más de 7 puntos desde 2019. Pero somos conscientes que aún queda mucho por hacer. Estamos convencidos que las mujeres han dado un paso adelante en el deporte como en tantos otros sectores sociales, por lo que con el empuje y apoyo de las Administraciones Públicas, las empresas y los medios de comunicación, seguimos avanzando en el deporte femenino en nuestra región”.

La región lidera el ranking con cerca de 150.000 mujeres federadas



# La Xunta de Galicia crea dos nuevas federaciones deportivas

La Xunta continúa impulsando el deporte gallego y ha decidido constituir dos nuevas federaciones, la de deportes autóctonos y la de baile deportivo. El objetivo es ofrecer a sus ciudadanos un amplio abanico de actividades para que puedan practicar deporte reglado.

El secretario general para el Deporte, **José Ramón Lete Lasa**, anunció la creación de la Federación Gallega de Deportes Autóctonos durante una de las jornadas del programa Jugad (Juegos Gallegos Deportivos en Edad Escolar) sobre la BBC (bolos, billarda y llave). Lete destacó la importancia de los deportes populares que son "parte de la idiosincrasia de Galicia, parte fundamental de nuestra cultura y de nuestra tradición que debemos promover entre los más nuevos para que sigan conviviendo con nosotros durante muchos años más".

En este sentido, el secretario general exaltó la unidad didáctica "La BBC Jugad en la escuela", dirigida por el especialista en Juegos Populares, **Xan Rodiño**, como "una de las más demandadas por el profesorado, ya que sus implementaciones en centros educativos aumentan exponencialmente cada curso escolar".

La reactivación del Programa Jugad y la constitución de esta nueva federación suponen un nuevo ánimo en la promoción del deporte popular, que consigue juntar tanto territorial como generacionalmente a las gentes en una práctica deportiva que contribuye a consolidar hábitos de vida saludable.



Billarda

## FEDERACIÓN GALLEGA DE BAILE DEPORTIVO

José Ramón Lete Lasa se reunió también con la delegada de la Federación Española de Baile Deportivo en Galicia, **Graciela Toba**, y con el director del Club de Baile Deportivo Narón, **Román Romero**, para encarar la recta final de la constitución de la Federación Gallega de Baile Deportivo.

Según los requisitos contemplados en el artículo 54 de la Ley del Deporte de Galicia para la creación de una federación deportiva, se debe cumplir la existencia de una modalidad deportiva reconocida, el interés general de la actividad deportiva, la sufi-

ciente implantación en Galicia o la viabilidad económica de la nueva federación.

Los representantes de los clubes gallegos de baile deportivo transmitieron al secretario general garantías para proceder en las próximas fechas a la entrega del acta fundacional otorgado ante notario y suscrita por, al menos, 30 clubes deportivos con domicilio social en Galicia, constituidos en junta promotora y donde se justifiquen los requisitos de constitución.

De este modo, la **Xunta de Galicia** sigue con su apuesta por el baile deportivo que en 2024 será incorporado al programa olímpico a través del breaking (break dance).

➔  
Son  
Deportes  
Autóctonos y  
Baile Deportivo

# La Región de Murcia acogerá la 1ª edición de los Juegos del Agua

Cartagena y La Manga serán las dos sedes oficiales de la primera edición de los Juegos del Agua, que se celebrarán en la Región de Murcia del 22 de septiembre al 2 de octubre de 2022. Están organizados por la Asociación del Deporte Español y el gobierno regional.

**D**urante los diez días de competición, este evento deportivo acogerá 14 Campeonatos de España oficiales. Los deportes participantes son: Natación, triatlón, surf, piragüismo, esquí náutico, remo, vela, motonáutica, pesca y casting y actividades subacuáticas.

Se darán cita tres mil deportistas de alto nivel y el evento involucrará a más de nueve mil personas. Está previsto que este acontecimiento genere un impacto económico en la zona de más de diez millones de euros, conforme a las estimaciones iniciales.

El Consejero de Presidencia, Turismo y Deportes de la **Región de Murcia**, **Marcos Ortuño**, indicó que “serán diez días de intensa actividad deportiva en todos los municipios del Mar Menor, cuyas sedes serán **Cartagena** y La Manga, y supondrá un impulso a la apuesta del Gobierno regional de unir deporte y turismo para la recuperación económica tras la pandemia”.

El presidente de la **Asociación del Deporte Español**, **José Hidalgo**, aseguró que “con estos Juegos estamos creando un concepto de deporte hasta ahora nunca experimentado en España: La unión de distintas federaciones, la sostenibilidad medioambiental, el desarrollo económico y turístico, el propio



Presentación de los Juegos del Agua

deporte en un formato innovador y también el equilibrio en el sentido de la inversión de recursos económicos. Desde ya, las federaciones queremos convertirnos en embajadoras de estos Juegos del Agua”.

Será el primer evento multi-deporte que se celebre en España con el distintivo **Green Sport Flag**, Plan de Acción del Deporte Español en pro de la sostenibilidad y el medioambiente.

### PROYECTO “RELEVO PARALÍMPICO”

El Gobierno regional implantará el proyecto “Relevo Paralímpico”, que busca fomentar la práctica deportiva entre las personas con discapacidad y que estas tengan las mismas oportu-

tidades. Será la primera comunidad en ponerlo en marcha.

Está promovido por el **Comité Paralímpico Español** y se realiza a nivel autonómico, en coordinación con las federaciones territoriales que engloban las diferentes modalidades paralímpicas. El programa consiste en la localización y captación de jóvenes con discapacidad para iniciarlos en la práctica deportiva con la finalidad de convertirlos en futuros deportistas de élite, desarrollando paralelamente una estructura inclusiva entre los clubes y entidades deportivas de la Comunidad que permita la formación continua de futuros deportistas a lo largo de los años.



Se celebrarán 14 campeonatos de España oficiales

# Alcalá de Henares estrena en Espartales un espacio de entrenamiento al aire libre

El Ayuntamiento de Alcalá de Henares ha llevado a cabo las actuaciones necesarias para la puesta en marcha de un nuevo espacio multifuncional al aire libre en la sala exterior del Complejo Deportivo Espartales.

El primer teniente de alcalde y concejal de Deportes, **Alberto Blázquez**, aseguró que “con esta nueva actuación, el **Ayuntamiento de Alcalá de Henares** dota a una instalación municipal como el Complejo Deportivo Espartales de un nuevo espacio para la práctica deportiva segura y al aire libre”.

Las actuaciones han consistido en el cubrimiento del suelo de la sala exterior con césped artificial, la instalación de una carpa para habilitar dos jaulas que sirvan de almacenaje para el material necesario para la realización de las actividades y la instalación de una estructura para fijar los TRX de cara a los entrenamientos en suspensión.

Además, se ha incorporado un equipo de música y el material necesario para llevar a cabo las actividades y se han reformado las jardineras, incorporando nuevas plantas para dotar el espacio de un ambiente relajado y agradable para los entrenamientos. También se han instalado dispensadores de geles hidroalcohólicos, virucidas y rollos de papel para garantizar la seguridad sanitaria de los usuarios y usuarias del espacio.

Los usuarios del Carné Abonado Multideporte podrán utilizar este nuevo espacio al aire libre del centro para sus estiramientos, trabajos de abdomen y participar en las diferentes



actividades dirigidas como entrenamiento en suspensión e interválico.

## **ADRIANA CEREZO ESTARÁ EN LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE TOKIO**

Con tan solo 17 años, la taekwondista alcalaína **Adriana Cerezo** se clasificó para los Juegos Olímpicos de Tokio (- 49 kg), que se celebrarán entre los meses de julio y agosto, gracias a su excelente actuación en el preolímpico de Sofía (Bulgaria).

El alcalde de Alcalá de Henares, **Javier Rodríguez Palacios**, afirmó sentirse “orgulloso de Adriana, que va a representar a

nuestro país y a llevar el nombre de Alcalá de Henares a unos Juegos Olímpicos. Quiero transmitirle mi enhorabuena y mi apoyo, así como el de toda su ciudad para la cita olímpica. Alcalá está orgullosa de sus deportistas y del nivel, que cada día mejora, de nuestro deporte”.

El primer teniente de alcalde y concejal de Deportes, Alberto Blázquez, quiso “felicitarse a Adriana Cerezo por su clasificación para los Juegos de Tokio”. Destacó el “futuro prometedor de esta joven alcalaína que, con tan solo 17 años, ya va a participar en unos Juegos”.

→  
La taekwondista  
**Adriana Cerezo**  
estará en Tokio

# Arganda del Rey inició la temporada de piscinas a primeros de junio

El Ayuntamiento de Arganda del Rey dio comienzo a la temporada de piscinas el primer día de junio con la apertura de las instalaciones de la Ciudad Deportiva Príncipe Felipe y del polideportivo Virgen del Carmen de La Poveda.

El Las piscinas municipales de verano de **Arganda del Rey**, situadas en la Ciudad Deportiva Príncipe Felipe y en el polideportivo Virgen del Carmen de La Poveda, abrieron su temporada el primer día de junio, con un aforo limitado y siguiendo distintas medidas de seguridad e higiene debido a la pandemia.

Se han establecido dos turnos, uno de mañana y otro de tarde, y cada persona solo podrá acceder a uno de ellos y a una de las instalaciones en el mismo día. En la Ciudad Deportiva Príncipe Felipe, el aforo es de 540 personas por turno, mientras que en el polideportivo Virgen del Carmen de La Poveda es de 95 personas por turno, con limitaciones de aforo máximo en cada uno de los vasos.

El horario de mañana se ha establecido entre las 11:00 y las 15:00 horas, con la salida del agua a las 14:40 horas, mientras que el de tarde es de 16:00 a 20:00 horas, con la salida del agua a las 19:40 horas. En ambos casos es obligatorio reservar la entrada a través del **91 875 75 51**, la web <https://www.argadadeportiva.com/> o la App de la Concejalía de Deportes, durante el mismo día a partir de las 9:00 horas. Se debe mantener la distancia de seguridad interpersonal de un metro y medio tanto en zonas comunes como en la lámina de agua.

Las entradas individuales tienen un precio de cinco euros en



el caso de los adultos y de tres para los menores de 14 años y los pensionistas. Los niños y niñas hasta tres años, inclusive, tienen entrada gratuita. Además, existen bonos de diez baños a un precio de 20 euros. Los menores de 14 años no podrán acceder a la piscina de verano si no van acompañados de un mayor de edad, responsable de los mismos. También está a la venta, como en años anteriores, el Abono Familiar Plus, con un coste de diez euros al mes por miembro de la unidad familiar.

El Abono Familiar Plus debe tramitarse con cita previa en la Ciudad Deportiva Príncipe Felipe y el Polideportivo Virgen del Carmen de lunes a viernes. Si se fue usuario del Abono Familiar Plus en 2019 o 2020, se puede renovar directamente a través de

la web y la APP de la Concejalía de Deportes. La venta de entradas se realizará hasta completar el aforo de la instalación.

➔  
Nuevos  
convenios  
con la RFEA  
y el Colegio  
Malvar

## NUEVOS CONVENIOS DE COLABORACIÓN

El alcalde de Arganda del Rey, **Guillermo Hita**, y la concejala de Deportes, **Alicia Amieba**, se reunieron con **Carlota Castrejana**, secretaria general de la **Real Federación Española de Atletismo**, y con **Antonio Pérez**, director de Operaciones y Servicios y presidente del Comité Nacional de Jueces. También asistió a la reunión Carlos Muiña, presidente del Club Municipal Atletismo Arganda.

El objetivo del encuentro fue tratar temas sobre las instalaciones deportivas municipales y, en especial, del Estadio Municipal de Deportes, el cual alberga nume-

rosas competiciones de atletismo organizadas por la RFEA y por la **Federación de Atletismo de Madrid**. Además, ambas partes se comprometieron a fomentar e incrementar la estrecha colaboración existente entre el Ayuntamiento y el club argandeño con las dos federaciones de atletismo para poder celebrar en la localidad eventos del más alto nivel.

El Ayuntamiento de Arganda del Rey ha firmado también un convenio de colaboración con el Colegio Malvar para el desarrollo del Ciclo Formativo de Grado Superior de Técnico Superior en Enseñanza y Animación Sociodeportiva (TSEAS).

El Colegio Malvar llevará a cabo en sus instalaciones durante los cursos 2021/2022 y 2022/2023 el Ciclo Formativo de Grado Superior TSEAS y, para favorecer el óptimo desarrollo del mismo, desde el Ayuntamiento de Arganda del Rey, a través de su Concejalía de Deportes, se va a facilitar la cesión de manera gratuita de distintas instalaciones deportivas municipales próximas al centro educativo, dentro del horario lectivo.

**EL CLUB IVÁN LEAL ESTARÁ EN EL EUROPEO DE KARATE**

Los karatekas del Club Iván Leal de Arganda del Rey, **Carmen Heras** y **Carlos Heras**, fueron convocados por la Selección Española de Karate para la concentración preparatoria del Campeonato de Europa, que se celebrará en Finlandia en agosto.

Carmen, actual número 1 del ránking nacional en la categoría de -61 kg., y Carlos, actual subcampeón de España individual cadete de -52 kg., estuvieron los días 21, 22 y 23 de mayo en Toledo. La lista definitiva de seleccionados para ir a Finlandia se conocerá a finales de junio o principios de julio.

Además, los pasados 18 y 19 de abril se celebró en Orense



**Convenio con el Colegio Malvar**



**Convenio con la RFEA**



el Campeonato de España de Karate Infantil, en el que participó el Club Iván Leal que consiguió unos brillantes resultados: dos platas y dos bronces. También en el Campeonato de Madrid de Clubes, celebrado en Leganés a primeros

de mayo, el Club Iván Leal obtuvo ocho medallas en diferentes categorías, aupando al club argandeño a la primera posición de la Comunidad de Madrid en Kumite y clasificándose para el Campeonato de España de Clubes.

# Leganés se vuelca con el deporte femenino

El municipio madrileño de Leganés mostró, una vez más, su apuesta por el deporte femenino. La ciudad vibró con el ascenso del equipo de baloncesto local y fue testigo de la fase final de la Copa de la Reina de fútbol.

El Pabellón Europa de Leganés acogió, del 8 al 11 de abril, la Fase Final de la Liga 2 de Baloncesto Femenino, en la que los equipos que lograron el ascenso fueron el Club Yndaset Leganés y el Baxi Ferrol. Las leganenses derrotaron al Barça CBS por 69-78, logrando un ascenso que se les había escapado en las últimas temporadas después de vencer en los tres encuentros disputados durante la fase de ascenso.

El equipo local, que ejercía de anfitrión, se alzó, además, con el título de campeón de la Liga Femenina 2 y la jugadora local **Maria Jespersen** se convirtió en la MVP del campeonato.

El alcalde de Leganés, **Santiago Llorente**, participó en la entrega de trofeos junto al presidente de la **Federación Española de Baloncesto**, **Jorge Garbajosa**; la directora de la Oficina de las Ligas de la FEB, **Elisa Aguilar**; el presidente de la **Federación de Baloncesto de Madrid**, **Santos Moraga**; y el viceconsejero de Deportes de la **Comunidad de Madrid**, **Miguel Ángel García**.

La Fase de Ascenso fue todo un éxito en cuanto a organización. No hubo ningún problema en los 14 encuentros que se disputaron. Pese a que las restricciones sanitarias permitían el acceso a un aforo reducido, todos los partidos pudieron seguirse en directo por internet



a través de la retransmisión de **#CanalFEB**.

## COPA DE LA REINA DE FÚTBOL 2021

El Fútbol Club Barcelona Femenino se proclamó campeón de la Copa de la Reina de fútbol, en la final disputada el 30 de mayo en el Estadio Municipal de Butarque. Las catalanas se impusieron por 4-2 al Levante. Leganés acogió las dos semifinales y la final de la competición con tres encuentros del mejor fútbol femenino.

Junto al FC Barcelona y al Levante, el Atlético de Madrid y el Madrid CFF participaron en la fase final de esta competición, que volvió a poner en el mapa del mejor deporte femenino a Leganés.

La exjugadora de balonmano y vecina del municipio, **Ana Tolledano**, entregó el trofeo a las

vencedoras. La Real Federación Española de Fútbol quiso reconocer sus valores humanos, espíritu de lucha y trayectoria de la exjugadora internacional de la Selección Española de Balonmano, afectada de esclerosis múltiple y fundadora de la Asociación de Esclerosis Múltiple de Leganés.

Asistieron también el alcalde de Leganés, **Santiago Llorente**, y el concejal de Deportes, **Miguel Ángel Gutiérrez**, el presidente del Consejo Superior de Deportes, **José Manuel Franco**; la consejera de Deportes de la Comunidad de Madrid, **Eugenia Carballedo**; los vicepresidentes de la RFEF, **Rafael del Amo Arizu** y **Elvira Andrés**; el director general del Club Deportivo Leganés, **Martín Ortega**, así como directivos del FC Barcelona femenino y el Levante UD.

Butarque acogió la final de la Copa de la Reina de fútbol

# Alcobendas estrena en Valdelasfuentes diversos equipamientos deportivos

El Ayuntamiento de Alcobendas sigue trabajando para ofrecer a sus vecinos unas instalaciones deportivas de calidad y adaptadas a los deportes más demandados. En esta ocasión, ha estrenado un parque de calistenia y una zona de entrenamiento funcional en la Ciudad Deportiva de Valdelasfuentes.

Los usuarios de las instalaciones deportivas de **Alcobendas** cuentan con una oferta renovada de actividades, ya que se acaban de poner en marcha nuevos espacios y programas en la Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Se trata, por una parte, del Parque de Calistenia, que se encuentra en el área del circuito de cross. Su objetivo es dar respuesta a la creciente demanda de parques deportivos urbanos para realizar entrenamientos y practicar la modalidad deportiva conocida como "Street Workout", que combina ejercicios de calistenia con ejercicios acrobáticos.

Cuenta con una gran diversidad de elementos, como el monkey bar, cuadrado de elevaciones con barra bandera, pared sueca, snake bar, barras de elevaciones, inclinada y free style, barras triples francesas, paralelas americanas triples y dobles bajas, así como un banco de paralelas y de abdominales inclinado. Es de uso libre, para abonados y no abonados, previa reserva del circuito de cross (siempre teniendo en cuenta las restricciones de aforo por la Covid).

Se ha instalado también una estructura de entrenamiento funcional que sirve de complemento al trabajo que se realiza en la zona de peso libre y también a la actividad de Hiitoutdoor (entrenamiento interválico de



alta intensidad). Permite igualmente la programación de otras actividades en el exterior, tales como TRX (entrenamiento en suspensión) y cardiobox.

La concejal de Deportes, **María Espín**, destacó que "este tipo de equipamientos fomentan y facilitan las actividades deportivas en el exterior, tan importantes en la situación actual".

## MUNICIPALIZACIÓN DEL MANTENIMIENTO DE LAS INSTALACIONES

Con el objetivo de ofrecer una mayor eficacia del servicio, la empresa municipal de servicios Seromal ha asumido el mantenimiento de todas las instalaciones del Patronato Municipal de Deportes, incluyendo el Polideportivo Municipal José Caballero y la Ciudad Deportiva Valdelasfuentes, así como el resto de las

instalaciones y pabellones distribuidos por el municipio.

Un total de 23 personas (un jefe de área, un oficial administrativo, dos encargados y 19 oficiales de 1ª), contratadas directamente por Seromal, se encargan ahora de que todas las dependencias deportivas que pertenecen al Ayuntamiento estén en perfecto estado de conservación, atendiendo tareas de mantenimiento y también incidencias puntuales.

Para el alcalde, **Rafael Sánchez Acera**, la importancia de la municipalización del mantenimiento de las instalaciones deportivas "significa que se va a prestar un servicio con más eficacia, que va a redundar en un mejor mantenimiento de unas instalaciones que son muy demandadas y muy bien valoradas por la ciudadanía de Alcobendas".

➔ Se trata de un parque de calistenia y una zona de entrenamiento funcional

# Alcorcón aprueba un importante plan de inversiones en el deporte

El Ayuntamiento de Alcorcón ha aprobado un importante Plan de Inversiones para 2021. Contempla 50 millones de euros, destinados a impulsar la reactivación económica del municipio con nuevos proyectos, infraestructuras y servicios.

“**Reactiva Alcorcón**” surge gracias a los avances económicos aprobados en un Pleno extraordinario, como la liquidación del ejercicio 2020 y los Presupuestos Municipales 2021. De este modo, **Alcorcón** utilizará los remanentes o ahorro para impulsar un ambicioso programa que permitirá dotar a la ciudad de mejoras y proyectos de remodelación, así como de nuevas infraestructuras, equipamientos y servicios

La alcaldesa, **Natalia de Andrés**, señaló que “vamos a poder atender las necesidades de la ciudad en ámbitos que, debido al abandono continuado durante los dos anteriores mandatos, requieren una intervención pública e importante. Estamos convencidos que no solo va a mejorar el estado de la ciudad, sus servicios y la calidad de vida de la ciudadanía, sino que también va a provocar la reactivación de la economía de la ciudad”.

De Andrés añadió que “la actividad y la inversión públicas tienen que ser también motor de la regeneración económica, todo este plan de inversiones ha sido posible gracias al esfuerzo realizado desde el área económica para sanear las puntas públicas y devolver el rigor a la gestión”.

El Plan de Inversiones de 2021 “ReActiva Alcorcón” centra las actuaciones en seis

áreas: Instalaciones deportivas, Recuperación de los parques y jardines, Impulso del mantenimiento de nuestros barrios, Mejora de instalaciones y servicios públicos, Apuesta por la sostenibilidad e Impulso económico.

En materia deportiva, con ocho millones de euros, destacan la construcción de un polideportivo en el Ensanche Sur y los nuevos pabellones en Santo Domingo y Los Cantos, que ya estaban contemplados en el presupuesto. Se añaden, con ejecución inmediata, la sustitución del césped de cinco campos de fútbol y nueva iluminación en los campos de Alfredo Cenarriaga, la remodelación de la piscina exterior de Santo Domingo y la mejora del polideportivo, un nuevo gimnasio en Santo Domingo, una nueva sala de gimnasia artística y nuevo espacio de entrenamiento funcional en La Canaleja y un nuevo pavimento en la pista de hockey.



➔ **“Reactiva Alcorcón” gastará 50 millones de euros**

La alcaldesa confirmó que “hablamos de un plan que asciende a casi 50 millones de euros y que refleja que Alcorcón se encuentra en un momento crucial para impulsar su desarrollo con grandes posibilidades de futuro”. A esta cantidad, “hay que sumar la deuda pendiente que tiene la Comunidad de Madrid con nuestro municipio en materia de inversión del PIR 2016 2019 y que sufre un considerable retraso; son cerca de seis millones de euros de inversiones pendientes que están paralizadas por el gobierno regional”.



# CONFIDENCIAL

## 1.- JOSÉ MANUEL FRANCO ENCUENTRA EN ALBERT SOLER SU COMPLEMENTO IDEAL

Si el nombramiento de **Irene Lozano** como Presidenta del Consejo Superior de Deportes constituyó una sorpresa por su nula relación con el deporte, no fue menor su traslado a la Asamblea de Madrid a la candidatura de **Ángel Gabilondo**. Aunque la versión oficial del PSOE fue que se trataba de reforzar la lista, se rumoreó que podría haber influido su mala relación con el ministro, **Rodríguez Uribes**. Se suponía que Lozano estaba muy respaldada por **Pedro Sánchez** como autora de su libro, pero quizás, como el famoso dicho, *era más el ruido que las nueces*.

Pero de nuevo el deporte español se convulsionó con su sucesor en el cargo, **José Manuel Franco**, al tratarse de otra persona ajena al ámbito deportivo. Se comenta que se le llegó a ofrecer a **Pepu Hernández**, el gran favorito cuando se nombró a Irene Lozano, pero que lo rechazó argumentando que consideraba que le quedaba mucho por hacer como portavoz en el Ayuntamiento de Madrid. Incluso, personas cercanas, insinuaron que Pepu estaba desilusionado por el fiasco an-



terior (en estas páginas publicamos que estaba recogiendo ya sus cosas del consistorio para trasladarse al CSD cuando se encontró con la noticia de la designación de Lozano, que acababa de quedarse fuera del Ministerio de Asuntos Exteriores). Al parecer, su intención es abandonar la política cuando concluya la legislatura.

Se ha escrito que Franco, presidente de la federación socialista de Madrid, hubiese querido encabezar la candidatura a la Comunidad y, al inclinarse los ideólogos de la Moncloa por Gabilondo, se le ofreció el puesto como desagravio. Y para que no tuviese que abandonar la federación, clave para presidente del Gobierno, se buscó un

director general con experiencia que llevase las riendas del día al día en el CSD. Y **Albert Soler**, que se había postulado ahora sin éxito para la presidencia, reunía todos los requisitos por su etapa con **Jaime Lissavetzky**.

Lo cierto es que el regreso de Soler ha sido una excelente noticia para el mundo del deporte por sus conocimientos y talante abierto y conciliador. Además, su antecesor, **Joaquín María de Aristegui**,

no gozaba de buen cartel, no ya por su inexperiencia, sino por la escasa dedicación a su labor y altivez en el trato con los diversos interlocutores. Por la misma razón, la llegada de Albert ha sido bien acogida por los profesionales del Consejo, que, en su mayoría, discrepaban con de Aristegui.

La amplia derrota de Gabilondo derivó en la dimisión de Franco como responsable del socialismo madrileño y, paradójicamente, ahora dispone de dedicación exclusiva. En cualquier caso, está trabajando con ilusión y, de momento, sintonizando con Soler. Esperemos que dispongan del tiempo que le faltó a Irene Lozano.

## 2.- CHEMA BELLÓN Y CARMEN JUNCAL, DESPIDOS IMPROCEDENTES DEL COE

El pasado mes de abril de 2020, en pleno confinamiento por el Covid-19, el **Comité Olímpico Español** cesó a los responsables de la jefatura de Comunicación: **Chema Bellón** (director) y **Carmen Juncal** (redactora). La decisión sorprendió a ambos, que se encontraban teletrabajando y que únicamente recibieron un correo electrónico de la Secretaría General anunciándoles esta decisión de **Alejandro Blanco**. Tras reclamar en el juzgado, se determinó que el despido de ambos había sido improcedente, lo que ha supuesto un signifi-

cativo desembolso para el COE.

Chema Bellón llevaba trabajando con Alejandro Blanco más de 30 años, por lo que este cese fulminante le pilló completamente por sorpresa y lamentó profundamente que Blanco no se lo comunicara personalmente.

Aunque el COE alegó como motivo la pérdida de confianza en ambos, el juez consideró en la sentencia que no había argumentos que justificasen la decisión de los responsables de la entidad. En el círculo de las personas cercanas a la institución olímpica se comenta que el

presidente pretendía que desde Comunicación hubiese una postura de sumisión y apoyo a sus acciones más controvertidas e indefendibles.



# Squali Swim celebra su primer aniversario

**S**quali Swim es una marca de bañadores sostenibles hechos por y para nadadores. Surge del compromiso con el deporte y el medioambiente de **Santiago Escandell** y **Carlos López**, dos jóvenes emprendedores. Su apuesta por la sostenibilidad es la de reducir la huella de carbono y, para ello, proponen centrarse en cuatro aspectos.

- La producción es europea para evitar la deslocalización de la producción, lo que permite reducir los costes de contaminación por el transporte en avión o en barco.

- El tejido está fabricado a partir de botellas de plástico recicladas que han sido recogidas de mares y océanos de todo el mundo.

- Utilizan un packaging biodegradable hecho a partir de cartón reciclado.

- Quieren crear un sistema que genere "cero residuos", por lo que, cuando un cliente vaya a desechar

su bañador, se le da un descuento para la próxima compra a cambio devuelva ese bañador para que la marca lo reutilice para otros bañadores u otros diseños de prendas.

Paralelamente, están creando un canal de entrevistas a deportistas olímpicos en el que hablan sobre sus historias en el deporte, experiencias y anécdotas con el fin de inspirar e impulsar los hábitos saludables en la sociedad.

Santiago y Carlos se conocen de su Club de Natación y ambos estudiaron ADE. Tenían claro que querían emprender en algún momento de su vida y ese momento llegó con la cuarentena (en mayo cumplieron su primer



aniversario), poniendo el foco en su pasión: la natación. Para aportar una mejora en ese mundo, se les ocurrió hacer que la marca fuese sostenible, ya que la industria textil es la segunda más contaminante. Consideran que "las cosas no se pueden seguir haciendo como hasta ahora. Es la hora de empezar a cambiar y trabajar de otra manera".



*Restaurante Pasamar*

*A SU SERVICIO  
DESDE 1960*



*Reservas en el 91 475 93 54 o en el 607 74 95 48  
Calle San Antonio de Padua, 32 28026 Madrid*



Madrid se Mueve

*finalizó su undécima temporada y trabaja en su vuelta para septiembre*



TeleMadrid

# GRACIAS DE NUEVO

**a los millones de espectadores y deportistas que nos acompañan y a las entidades colaboradoras**



airCloud Home

HITACHI

# aire inteligente donde estés



2021

Nueva actualización  
— airCloud Home 3.0



## Fácil de usar

app sencilla.

airCloud Home dispone de una interfaz sencilla que te permite crear el máximo confort con tu smartphone.

## 3 veces más inteligente



### Smart-Fence

Enciende y apaga tu aire acondicionado al entrar y salir de casa.



### Control de voz

Conecta tu altavoz inteligente y configura la temperatura interior mediante el control por voz.



### Estimación de coste de energía\*

Controla el consumo de energía y los costes.

\*Disponible en algunos equipos de aire acondicionado a partir de octubre 2021. Consulta a tu comercial Hitachi Cooling & Heating.

Cooling & Heating