

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



## Javier Arenas, equilibrio en la política y el deporte

“Madrid se Mueve” completó su tercera temporada con gran aceptación

**José Ramón Lete sustituye a Miguel Cardenal al frente del CSD**

EsM, Fundaciones, Comunidades, Universidades, Ayuntamientos y Confidencial

### 10 razones por las que debes ponerte en manos de un fisioterapeuta:

- 1 Dolor muscular localizado de más de un día de duración.
- 2 Dolor articular tras las sesiones de entrenamiento.
- 3 Sensación de rigidez muscular.
- 4 Aparición de inflamación localizada en la cercanía de un tendón.
- 5 Fatiga general o localizada en los miembros inferiores.
- 6 Sensación de inestabilidad en alguna articulación: rodilla/tobillo.
- 7 Disminución de sensibilidad, hormigueos en alguna región de las piernas, brazos, etc.
- 8 Dudas sobre cómo estirar correctamente algún músculo.
- 9 Necesidad de obtener consejos posturales para mejorar tu técnica de entrenamiento y/o competición.
- 10 Supervisión de programas de recuperación tras una lesión.

## Crioterapia (aplicación de frío)

Se define crioterapia como el conjunto de procedimientos terapéuticos basados en la aplicación del frío sobre el organismo. Asimismo, la palabra crioterapia proviene del griego "frío curativo", es decir cada vez que utilizemos el frío como agente terapéutico, estamos realizando crioterapia.

### Los objetivos inmediatos de la aplicación del frío son:

- Disminución de los procesos inflamatorios.
- Disminución del dolor y del espasmo muscular.
- Aumento de la consistencia de los tejidos.

### Tipos de aplicación:

- Masaje con cubitos de hielo: para tratamientos leves en zonas limitadas de menos de 15 cm., la aplicación durante 3-10 minutos.
- Fomentos de hielo triturado: "más sencillo y útil bolsa de guisantes" en la zona a tratar, 5-15 minutos.
- Bolsa de hielo: envuelta con una toalla seca, evitando el contacto directo con la piel, aplicaciones de 10-20 minutos.
- Bolsas cold-packs: gel que retiene el frío mejor que el agua, la zona de tratamiento se cubre con lana o plástico para aumentar el enfriamiento, duración 10-15 minutos.
- Baños de agua fría: se emplea cubo o bañera con agua que se enfrió con hielo hasta unos 15°-18° C (por debajo de 13°C resulta molesto) se recomienda no realizar aplicaciones prolongadas de más de 5-8 minutos, precaución con las gónadas.

### Cuándo se debe aplicar:

- Tras realizar cualquier tipo de actividad deportiva habiendo hecho de antemano los estiramientos oportunos, procederemos a la aplicación de hielo como antes hemos explicado.

## Masaje

Muchos son los efectos que el masaje produce en el cuerpo, siempre y cuando esté bien realizado.

- Aumenta la temperatura de la piel y mejora su estado fisiológico.
- Mejora la circulación periférica, aumentando el movimiento de la sangre y, por tanto, acelera el intercambio de nutrientes y la eliminación de desechos.
- Disuelve las adherencias de los tejidos blandos.
- Disminuye la tumefacción e induración histica.
- Distiende los músculos y tendones contraídos.
- Seda y relaja el sistema nervioso central.
- Puede estimular o sedar al SNP en función de la técnica empleada.
- Puede estimular o relajar la musculatura esquelética según la técnica empleada.

### Diferentes momentos donde un masaje te puede ayudar:

- Masaje de calentamiento: se realiza previo a la competición con el fin de preparar al cuerpo para el esfuerzo que va a realizar. Mejora la oxigenación muscular, elastifica los músculos y flexibiliza las articulaciones.
- Masaje a lo largo de la competición: durante la práctica deportiva pueden surgir contusiones o pequeños problemas, si la práctica deportiva lo permite podremos realizar un masaje analgésico y antiespasmódico.
- Masaje post-competición: el más importante para el deportista es el de descarga muscular, con un claro efecto sedante y relajante. Es una clara ayuda a recuperarnos precozmente del esfuerzo. Otro ejemplo es el masaje regenerador con hielo.
- Masaje como complemento de un programa de fisioterapia o masaje terapéutico: El masaje es una técnica más del fisioterapeuta, en este caso lo utilizamos para atajar diferentes patologías.

## Estiramientos

### Cuando comiences a estirar tienes que tener presente:

- 1 Tener una alineación correcta de los músculos.
- 2 Estirar los músculos más castigados por el ejercicio.



10 veces en cada dirección



30 segundos



10 segundos cada lado



30 segundos a cada lado



20 segundos



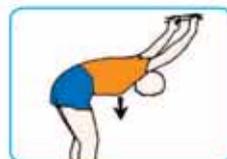
30 segundos



25 segundos cada pierna



30 segundos cada pierna



30 segundos

**Director**

Fernando Soria Dorado

**Redactora Jefe**

Marta Muñoz Mancebo

**Coordinación**

Laura Ruíz Fernández

**Colaboradores**

José María Buceta  
Luis López Nombela  
Celia Lozano Moreno  
Juan Manuel Merino Gascón

**Diseño**

J.L. Román Sánchez

**Producción**

Fernando Soria Hernández

**Fotografía**

Tax &amp; Sports

**Edita**

Equipo de Gestión Cultural S.A.

**Asesores Editoriales**

Juan Ángel Gato  
Antonio Montalvo  
José Miguel Serrano

**Asesores Técnicos**

Vicente Alcaraz  
Calixto Rodríguez

**Dirección**

C/ Travesía José Arcones Gil 3  
28017 Madrid  
Tel.: 91 375 83 96

**Correo electrónico**

deportistas@munideporte.com

**Imprime**

Artes Gráficas Campillo Nevado

ISSN 1885-1053

Deposito Legal M-9707 - 2004

# SUMARIO

**6**

**“ESPAÑA SE MUEVE”:**  
El *Movimiento*  
multiplica sus  
actividades

**15**

**FUNDACIÓN  
BARCELONA OLÍMPICA:**  
30 aniversario  
de la nominación  
de Barcelona '92

**12**

**FUNDACIÓN  
DEPORTE JOVEN:**  
Finaliza un año  
repleto de actividad

**17****EN PORTADA:**

**Javier Arenas:**  
“Los políticos  
deberían de  
aprender  
de deportistas  
como Nadal  
o Gasol”



<b>ESM:</b> “Movinivel +” realizó las primeras evaluaciones de la temporada	7
<b>ESM:</b> Nueva edición del reto solidario Oxfam Intermón Trailwalker	9
<b>ESM:</b> Camino de Santiago solidario de Aristo Pharma Iberia	10
<b>ESM:</b> Fisioterapia, Movimiento y Ejercicio Terapéutico	11
<b>UNIVERSIDADES:</b> Plan de la Actividad Física, Deporte y Fisioterapia de la UEM	14
<b>OPINIÓN:</b> Vicente Gambau (Presidente de Consejo COLEF)	20
<b>OPINIÓN:</b> Antonio Montalvo de Lamo	21
<b>OPINIÓN:</b> Luis López Nombela	22
<b>GALICIA:</b> Continúa el trabajo del programa “Galicia Saudable”	23
<b>MURCIA:</b> Éxito de la primera edición de los “Mar Menor Games”	24
<b>SANTANDER:</b> Sede de la final de la Sailing World Cup en 2017	25
<b>ALCOBENDAS:</b> Se estrena el programa deportivo “Entrena tu Salud”	26
<b>ALCALÁ DE HENARES:</b> Éxito del primer Maratón Internacional	27
<b>VILLANUEVA DE LA CAÑADA:</b> Récor en el Open Nacional de Rubik	28
<b>LEGANÉS:</b> Se pone en marcha el programa de “Puntos Activos”	29
<b>FUNDACIÓN ESPAÑOLA DEL CORAZÓN:</b> Promoción del deporte en barrios humildes	31
<b>ENTREVISTA:</b> Roberto Núñez, Diputado de Ciudadanos en la Asamblea de Madrid	32
<b>CONFIDENCIAL:</b> El futuro de la Asociación del Deporte Español	33
<b>OPINIÓN:</b> Luis Solar (Presidente de FAGDE)	34





# XXIII SAN SIL VES TRE

## MOSTOLEÑA

**28/12/2016**

Colaboran:

**lomejorde mostoles.com**  
Los comercios y profesionales de Móstoles

**42**  
KILÓMETRO CUARENTAYDOS  
www.k42.es

Organizan: Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Móstoles y Asociación Atlética de Móstoles.

Más información en:  
[www.mostolesatletimo.com](http://www.mostolesatletimo.com)  
[www.mostoles.es](http://www.mostoles.es)

**LASER | L<sub>2</sub> | 2000**  
DEPLACIÓN LASER Y MEDICINA ESTÉTICA  
MÓSTOLES C/ San Marcial 10  
916 64 00 38 Parking Gratuito



MI PUNTO DE VISTA

Fernando Soria

## Madrid sí se mueve

La tercera temporada de "Madrid se Mueve" ha constituido un nuevo éxito de seguimiento y de apoyo por parte de las instituciones y, lo que es más importante aún, de los deportistas de esta Comunidad, que han encontrado un valioso escaparate para mostrar la vitalidad del deporte en la región.

MADRID es, sin duda, una de las comunidades con más movimiento, con gran variedad de eventos de carácter popular en todas las semanas del año. El exitoso deporte profesional tiene detrás a miles de animosos deportistas, conscientes de la importancia del ejercicio para la salud. Con el apoyo de todos los agentes implicados, la cuarta temporada de "MsM" es solo cuestión de tiempo.

Y hay políticos que también se mueven. Un valioso ejemplo es Javier Arenas, uno de los hombres de confianza de Mariano Rajoy, que nos cuenta su debilidad por el deporte y nos muestra sus habilidades con el balón y en el gimnasio. Dada su destreza y sentimientos sevillistas, Sampaoli dispone de una buena alternativa para el mercado de invierno..... jejejeje....

ESTE nuevo número les ofrece las habituales secciones, muy orientadas hacia el deporte local, el más relacionado sin duda con la Salud. Nuestra revista seguirá ocupándose de muchos de esos temas que los medios de comunicación tradicionales no abordan por falta de espacio..... o de interés. Y termino deseándoles unas felices fiestas navideñas, que no deberían de ser excusa para dejar de moverse.

## J. Ramón Lete llega al CSD

El Presidente de la Xunta de Galicia, Alberto Núñez Feijoo, despidió con pena a quien había sido el responsable del deporte gallego durante su mandato. En aquel momento no podía desvelar el nuevo destino de José Ramón Lete, pero no era muy complicado presuponer que sería el nuevo Presidente del Consejo Superior de Deportes. Entre otros motivos, porque era el que mejor estaba situado en las diversas quinielas para el cargo.

EL gran sueño como dirigente de Lete pudo haberse adelantado cinco años si el recién nombrado ministro José Ignacio Wert no hubiese sido un verso suelto del PP, que se encaprichó con nombrar a un jurista para cargo. El candidato era Luis María Cazorla, pero

este prestigioso abogado, uno de los directores generales más precoces de la etapa de Adolfo Suárez, posteriormente posicionado en el PSOE, rechazó la propuesta por no resultarle atractiva a estas alturas de su dilatada trayectoria profesional. Además, económicamente era un

gran paso atrás. Y recomendó a Miguel Cardenal, catedrático de derecho laboral, sin experiencia en la gestión deportiva, pero con un apellido ilustre (su padre, Jesús Cardenal, había sido Fiscal General del Estado con José M<sup>a</sup> Aznar). Lete se quedó con la miel en los labios.

PERO los que bien le conocen (sus colaboradores más allegados le llaman JR) saben que la tenacidad de su etapa como jugador profesional de Baloncesto ha seguido

siendo una de sus virtudes en la faceta directiva. Sin medrar para ello, pese a su excelente relación con Feijoo y amistad con Mariano Rajoy (nunca ha sido éste uno de sus defectos), no perdió la esperanza y esperó su momento. Y en esos cinco años, pese a las estrecheces presupuestarias de la Xunta, demostró que es un excelente gestor, cercano al deporte profesional, pero volcado en el deporte/salud. Su Plan Galicia Saludable debería de ser un ejemplo para el resto de autonomías de cómo se puede mejorar la salud de los ciudadanos a través de la actividad física, con el trabajo coordinado de todas las entidades y agentes implicados.

LETE es riguroso, imaginativo con los presupuestos que maneja, dialogante, cercano y, sobre todo, un incansable trabajador. Por ello, será mejor interlocutor que Cardenal con Alejandro Blanco y Ángel M<sup>a</sup> Villar. Pero se equivocan los que piensan que la buena relación con ambos le impediría mantener sus firmes principios. Dialogo, sí, pero también aplicación de la Ley. Su llegada, en cualquier caso, supone un agradable soplo de aire fresco para el deporte español. Si se rodea de buenos colaboradores, puede ser de los que dejen huella como Gómez Navarro o Jaime Lissavetzky.

MIGUEL Cardenal, por su parte, puede irse con la conciencia bien tranquila. Los tertulianos del programa "Al Límite" de Radio Marca calificaron su gestión de aprobado alto. Le tocó bailar con la más fea (el peor momento de la crisis), pero se puede apuntar tantos como el buen control del dinero de las federaciones o el plan de saneamiento del fútbol profesional. Las duras críticas de algunos medios son crueles por injustas.



# Convenio con el Consejo COLEF

**E**l movimiento “España se Mueve” y el Consejo COLEF, colectivo que aglutina a los licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, han actualizado su acuerdo de colaboración.

Este acuerdo fue rubricado por los presidentes de ambas entidades (en la foto), **Fernando Soria** (EsM) y **Vicente Gambau** (Consejo COLEF). Se reforzará la participación de ambas instituciones en las actividades que se lleven a cabo para difundir los hábitos de vida saludables entre la población.

Las dos instituciones se comprometen a colaborar en cuantas actividades se lleven a cabo con el objetivo de difundir los beneficios que la práctica de



la actividad física reporta a los ciudadanos. La presencia del Consejo COLEF en las actividades de “EsM” se verá reforzada a partir de esta actualización del acuerdo, aportando profesionales de entre sus colegiados para impartir charlas sobre actividad física a los colectivos que participan en el movimiento.

Además, el colectivo que dirige Vicente Gambau colaborará en la incorporación al proyecto de nuevas instituciones, públicas y privadas, de su ámbito de actuación, con el mismo y único fin de su mejor desarrollo.

Por su parte, “España se Mueve” difundirá las acciones que organice el Consejo COLEF, participando en todas aquellas en las que se requiera su presencia.

# Los tertulianos de “Al Límite” se reunieron en el restaurante Pasamar

**E**l pasado viernes, 7 de octubre, los colaboradores de la “Tertulia Al Límite” de Radio Marca se reunieron en el Restaurante Pasamar.

Este encuentro se organiza regularmente para que los integrantes del programa puedan contrastar ideas en torno a los contenidos de la Tertulia, así como para pasar un divertido rato alrededor de una buena mesa, compartiendo anécdotas y comentando también la actualidad del momento.

En esta ocasión, asistieron a la cena [de izquierda a derecha] el profesor **Luis López Nombela**, **José Luis Llorente**, **Fernando Soria** (director de “Al Límite”), **José Manuel Ramos**



(dueño del Restaurante Pasamar), **José Sánchez Mejías**, **Chema Buceta** y **Pedro Calvo**.

La “Tertulia Al Límite” lleva 15 temporadas emitiéndose en Radio Marca.

# Moviniel + realizó las primeras evaluaciones de la temporada

El programa de actividad física para mayores Moviniel + inició una nueva temporada. Se realizaron las primeras evaluaciones a los participantes en los municipios de Humanes de Madrid y Alcalá de Henares.

**E**n Humanes de Madrid se realizaron los días 23 y 28 de noviembre. Participaron cerca de una treintena de personas que durante todo el año asistirán a las clases del programa, que se impartirán en el Polideportivo Municipal.

Los alumnos completaron la batería de seis tests físicos denominada "Senior Fitness Test". Se efectuaron las siguientes pruebas: Sentarse y levantarse de una silla tantas veces como se pueda (30 segundos); flexión de brazos tantas veces como se pueda (30 segundos); caminar seis minutos; flexión de tronco sentado en una silla; juntar las manos tras la espalda; sentada en una silla, la persona debe levantarse, caminar hasta un cono y volver a sentarse.

Además, está previsto que a principios de 2017 se impartan varias charlas formativas sobre hábitos saludables a los usuarios de "Moviniel +". Participarán destacados profesionales de la medicina deportiva, la psicología o la actividad física y el deporte.

En Alcalá de Henares, las evaluaciones fueron realizadas los días 21 y 29 de noviembre y participaron más de medio centenar de personas. También realizaron las pruebas del "Senior Fitness Test" adaptadas al agua, ya que los grupos evaluados realizan actividades acuáticas en la piscina municipal. En la pruebas realizadas en ambos municipios colaboró **Freedom & Flow Company**.

El psicólogo deportivo **Claudio**



Humanes de Madrid



Alcalá de Henares

(representante del COPLEF de Madrid) explicó los beneficios de la práctica de actividad física en este grupo poblacional. La charla se celebró el pasado 29 de noviembre y asistieron también más de 20 personas.

A lo largo del año se les realizarán nuevas evaluaciones que permitirán la evolución física de los participantes tras realizar una práctica de actividad física regular y adaptada a su forma física.

En Leganés se prepara una interesante jornada impartida por destacados especialistas sobre los beneficios de la actividad física para la salud de las personas mayores.

Con la realización de esta actividad, los ayuntamientos madrileños persiguen el objetivo de que los mayores mejoren su condición física a través de la práctica de ejercicio, reduciendo así la dependencia y mejorando su calidad de vida.

**Gómez** (gerente de la Asociación de Jugadores de Balonmano), ofreció una charla el pasado 21 de noviembre en la que explicó la importancia de la psicología en las personas mayores que practican actividad física. Asistieron más de 20 alumnos del programa.

Por su parte, **Carlota Díez**

# 1º Maratón de Padel Solidario Pasamar

Primer Maratón de Padel Solidario Pasamar contra la pobreza infantil se celebró, en las instalaciones indoor del Club de Padel Set Point de Getafe, del 25 al 27 de noviembre. El objetivo era conseguir recaudar fondos para ayudar a la alimentación básica de los niños más desfavorecidos en Venezuela y se logró gracias a la positiva respuesta de muchos aficionados que no quisieron perderse esta cita deportiva.

Los ganadores fueron: **José Antonio Albero** y **Daniel López** (categoría A), **Julián Cortés** y **Javier Ballesteros** (B) y **Daniel Bello** y **Alejandro Sánchez** (C).

Una vez concluido el torneo, tanto los ganadores como algunos participantes pudieron disfrutar de la disputa de algunos puntos ante los prestigiosos ju-



gadores del World Padel Tour, **Christian Gutiérrez** y **Chico Gomes**, presentes en este evento gracias al patrocinio de **Nacho Martín**, responsable de la empresa de material deportivo Padel Nuestro, y de **Álvaro Durán**, del Club de Padel Set Point. La exhibición de estos destacados palistas del circuito fue muy aplaudida.

En esta iniciativa solidaria han colaborado la empresa **Padel Nuestro**, el **Restaurante Pasamar** (**José Manuel Ramos**), **Set Point**, el programa de TeleMadrid **"Madrid se Mueve"**, el programa **"Al Límite"** de Radio Marca y **Tu Revista**, "la guía comercial de Usera y Carabanchel", de **José Sánchez Mejías**.

## Tenis infantil en Cuevas del Almanzora

El pasado 26 de noviembre los niños del Club de Tenis Albox disfrutaron de la jornada deportiva de "España se Mueve", en la que colaboró SomosTennis. Se enmarcó dentro de los Campeonatos Internacionales de Cuevas del Almanzora, celebrados en las instalaciones del Club Tenis y Pádel Indalo.

El evento estuvo dirigido por el profesor de SomosTennis Granada, **Eduardo Sánchez**, y contó con

la presencia del acreditado coach internacional **Richi Sánchez**, director de la academia que lleva su nombre dentro del club cuévano.

Al finalizar esta masterclass popular, la organización de los Internacionales del Almanzora sorteó pelotas gigantes de Dunlop (pelota oficial de los torneos almerienses), firmadas por los campeones de los dos primeros torneos Futures ITF de la Costa de Almería, el madrileño Ro-



berto Ortega y el gaditano **Ricardo Ojeda**.

Después, **Eduardo Sánchez** mostró su nuevo concepto deportivo, denominado **NewTennis**, modalidad ideada para acercar a la práctica del tenis a los ni-

ños más pequeños, jugándose en pistas de pádel.

**Sánchez** realizó también una exhibición formando pareja con el tenista argentino **Santiago Álvarez** y contra **Yuri Syromolotov** y **Alex Manole**.

# Nueva edición del Oxfam Intermón Trailwalker contra la pobreza

El Oxfam Intermón Trailwalker ya tiene fechas para 2017. Este reto deportivo solidario contra la pobreza se celebrará en Girona (1 y 2 de abril), Euskadi (20 y 21 de mayo) y Madrid (3 y 4 de junio). Los participantes recorrerán 100 km en menos de 32 horas.

**E**l Oxfam Intermón Trailwalker es una prueba solidaria con carácter anual que se celebra en España desde 2011. En su pasada edición, la de 2016, los más de 600 equipos participantes en Madrid y Girona recaudaron más de un millón de euros, que Oxfam Intermón destinó a la lucha contra la pobreza y el Derecho al Agua.

Se trata del reto solidario y deportivo que más recauda en nuestro país y consiste en recorrer 100 km en un máximo de 32 horas. No es una carrera por relevos, sino que los cuatro miembros que forman cada equipo del Oxfam Intermón Trailwalker deben empezar y terminar juntos su desafío, que transcurre a través de entornos naturales, mientras que otras dos personas del equipo les ofrecen toda la asistencia necesaria en coche a lo largo del recorrido. De este modo, cada equipo del Trailwalker se convierte en un ejemplo de solidaridad, deportividad y trabajo conjunto.

Además del trabajo en equipo y la preparación deportiva, el componente principal del Oxfam Intermón Trailwalker es el reto solidario. Bajo el lema "Kilómetros que cambian vidas", cada equipo que participa se compromete a recaudar, antes del evento, un mínimo de 1.500 euros para apoyar a



los más de 400 proyectos de Oxfam en todo el mundo. Este importe lo recaudan mediante donativos que familiares, amigos, conocidos o empresas les aportan a través del perfil que cada equipo tiene en la web del Trailwalker, llegando algunos a recaudar cantidades superiores a 8.000 euros.

Oxfam Intermón espera contar en su edición 2017 con 450 equipos participantes en Girona y 200 tanto en Madrid

como Euskadi, con el objetivo de superar el millón de euros de donativos para los proyectos que la organización lleva a cabo en todo el mundo.

Uno de los proyectos a los que Oxfam Intermón destina los fondos recogidos es el acceso a agua potable en países como Etiopía, Chad o República Centroafricana.

El acceso a agua potable para beber, cocinar y lavarse es esencial para la vida y para evitar que se propaguen enfermedades como el cólera y la diarrea. En todo el mundo todavía hay 740 millones de personas que aún no tienen acceso a agua limpia. Cada año mueren más de 1,2 millones de niños menores de cinco años por enfermedades evitables relacionadas con el agua.

A las citas de la Vía Verde de Girona (1 y 2 de abril) y la Sierra Norte de Madrid (3 y 4 de junio), se suma el próximo año un nuevo reto Trailwalker, que tendrá lugar los días 20 y 21 de mayo en Euskadi, en un recorrido circular que comprenderá los montes de Vitoria y el embalse Ullibarri-Gamboa.

Desde la primera edición en nuestro país (2011), ya han participado en el Oxfam Intermón Trailwalker 2.400 equipos que han recaudado más de cinco millones de euros.



# Éxito del Camino de Santiago solidario de Aristo Pharma Iberia

Los trabajadores de la empresa farmacéutica Aristo Pharma Iberia recorrieron el Camino de Santiago Francés por una buena causa. El objetivo de esta iniciativa era recaudar fondos para la implementación de un laboratorio clínico en el Centro Pediátrico Marie Poussepin de Haití.

Esta iniciativa dio comienzo el 18 de mayo y finalizó el pasado 19 de noviembre. Participaron cerca de 200 empleados, que se reunieron para completar juntos los últimos cinco kilómetros del Camino. Cada etapa fue recorrida por grupos de cuatro a seis personas que, durante el recorrido, dejaron en las farmacias varios ejemplares del producto Diltix con un expositor y un folleto en el que se explicaba la labor social de este proyecto.

Además de completar la etapa asignada, cada equipo tenía la misión de visitar las farmacias de su recorrido y conseguir una foto de grupo con el personal de la misma.

En total, se completaron 31 etapas de unos 20 kilómetros de media, con el objetivo de superar los 10.000 euros de recaudación, que irán des-



tinados a la implementación de un laboratorio clínico en el Centro Pediátrico Marie Poussepin de Haití, proyecto gestionado por la ONG Farmacéuticos Sin Fronteras España.

En Haití, los ciudadanos no cuentan con Seguridad Social y la miseria económica, unida a la inestabilidad política que reina en el país, conlleva una situación cada vez más precaria en el sector salud. Sólo el 40% de los

niños haitianos pueden acceder a los servicios sanitarios, y la mortalidad infantil es muy alta debido principalmente a enfermedades como la diarrea, infecciones respiratorias, paludismo, tuberculosis y VIH.

Con este laboratorio clínico, y dotándolo de los equipos y reactivos necesarios, Aristo Pharma no sólo ayudará a los pacientes del propio centro pediátrico, sino también a las

casi 100.000 personas que habitan en Croix de Bousquets, además de la población infantil y adulta de los lugares cercanos.

Al finalizar el Camino, en la Plaza del Obradoiro de Santiago de Compostela, **Joaquín Teubner**, presidente de Aristo Pharma Iberia, hizo entrega de la recaudación a **Ángel Acisclo Huélamo**, director técnico de Farmacéuticos Sin Fronteras España.

# La fisioterapia, el movimiento y el ejercicio terapéutico

Como profesión sanitaria, científica y en continuo avance, la Fisioterapia ofrece servicios a individuos y poblaciones para desarrollar, mantener y restablecer el movimiento y la capacidad funcional máxima durante toda la vida.

Esta circunstancia se da, especialmente, en aquellos casos donde movimiento y función estén amenazados, bien por lesión, envejecimiento, enfermedad, o trastornos relacionados con el entorno. Por tanto, la prescripción y utilización del ejercicio terapéutico como competencia básica y central de la Fisioterapia forma parte del proceso asistencial del deportista lesionado.

La certeza de que ha de ser el fisioterapeuta quien prescriba e incluya al ejercicio como parte de un plan de intervención terapéutica (encaminado a la prevención y recuperación de patologías, disfunciones o a la promoción de la autonomía personal), la conforma el hecho de que es el fisioterapeuta (profesional incluido en la Ley de Ordenación de Profesiones Sanitarias –LOPS-) la persona específicamente formada y definida para elaborar una historia clínica que incluya la revisión de sistemas y patologías de base y concomitantes, un examen físico riguroso, la consecución de un diagnóstico de fisioterapia, y una prognosis y revisión de las intervenciones realizadas.

Este hecho es importante pues supone una garantía ante la población y ante el deportista, que de este modo asegura que tanto los cuidados, la recuperación y la promoción de su salud son dirigidos por el profesional sanitario específicamente designado para ello.



El Colegio de Andalucía recuerda que la fisioterapia es parte del proceso de recuperación del deportista

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Andalucía es consciente de que, cuando un deportista se lesiona, automáticamente entra en el ámbito sanitario dentro de un proceso asistencial, iniciando programas de Fisioterapia.

Así, cuando la evolución del cuadro lo permite, se tratarán especialmente aquellas alteraciones del movimiento relevantes, se recuperarán las funciones perdidas y otros síntomas que puedan existir, utilizando las herramientas propias de esta disciplina, entre las que se encuentra el ejercicio físico con fines terapéuticos, hasta situar al deportista en condiciones de recuperación física y funcional que permitan emplazarlo a la fase de reentrenamiento al esfuerzo y las siguientes etapas de acondicionamiento músculo-esquelético, y todas las variables que ello conlleva, para una completa integra-

ción en entrenamientos de mayor o menor nivel competitivo.

El concepto de ejercicio con fines terapéuticos se entiende únicamente dentro de las competencias clínicas del fisioterapeuta, que por su formación sabe sobradamente administrar.

Junto a otros profesionales y enmarcados dentro de equipos multi e interdisciplinares, el fisioterapeuta participa de proyectos que beneficien la salud y el bienestar de los ciudadanos, fomentando la prevención y la educación.

Claro ejemplo de convivencia interdisciplinar, son los clubes deportivos, donde teniendo un objetivo común, profesionales del deporte y sanitarios especializados en el ámbito deportivo, trabajan de la mano, circunscritos ambos a sus áreas de conocimiento, pero colaborando por un bien común, el rendimiento y la prevención.

# La Fundación Deporte Joven finaliza un año repleto de actividad

La Fundación Deporte Joven del Consejo Superior de Deportes ha tenido una intensa agenda deportiva en los últimos meses. Destacan las actividades del programa Universo Mujer y las del Legado María de Villota.

## PROGRAMA UNIVERSO MUJER

El pasado mes de noviembre tuvo lugar en el CSD la presentación de **Carolina Marín, Ona Carbonell, Jennifer Pareja y Sara Sorribes** como Embajadoras del programa Universo Mujer. Serán las encargadas de difundir los valores del deporte femenino y su promoción en la sociedad. El acto contó, además, con la presencia del director de Marca de Iberdrola, **Luis Gómez**, y de grandes figuras del deporte femenino como **Theresa Zabell, Mercedes Coghen, Elisa Aguilar y Carolina Rodríguez**.

Dentro de este programa se desarrolla, desde octubre, el proyecto "Tour Mujer, Energía y Deporte". Se trata de una gira en siete ciudades españolas, en la que las mujeres podrán practicar distintas modalidades deportivas hasta el 31 de diciembre de 2017.

Fue inaugurado el pasado 12 de octubre en el Parque de Ribalta de Castellón, con la presencia de la jugadora de waterpolo Jennifer Pareja. Se organizaron actividades de Triatlón, Gimnasia, Fútbol, Balonmano, Voleibol, Piragüismo, Bádminton y Rugby.



Otra de las actuaciones de Universo Mujer es el "Reto Transatlántica 2016 contra el Cáncer", protagonizado por cinco mujeres españolas que han padecido cáncer y que se embarcan en la aventura de atravesar el Atlántico desde Valencia a La

Martinica en un velero tripulado por ellas mismas.

## JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS DEL CAR DE MADRID

La Fundación colaboró con el Consejo Superior de Deportes en la organización, el pasado 8 de octubre, de una jornada de puertas abiertas en el Centro de Alto Rendimiento de Madrid, que contó también con el apoyo de Coca Cola. Se homenajeó a los deportistas medallistas en los Juegos Olímpicos y Paralímpicos de Río 2016, en un acto presidido por el ministro de Educación, Cultura y Deporte, **Íñigo Méndez de Vigo**.

## INGRESO DE PATRONOS EN LA REAL ORDEN DEL MÉRITO DEPORTIVO

Los patronos de la Fundación **Antonio García Ferrer**, vicepresidente ejecutivo de ACS Actividades de Construcción y Servicios, y **Juan Sitges Serra**, director general de Cofidis España, han ingresado en la Real Orden del Mérito Deportivo, la mayor distinción que se otorga en el ámbito del Deporte en España.

Desde la Fundación Deporte Joven felicitamos a Antonio García y a Juan Sitges por es-

### Patronos





te notable reconocimiento, y agradecemos su implicación e importante contribución en los proyectos de nuestra entidad como miembros del Patronato.

#### CONTINUIDAD DE LOS PROGRAMAS DE CICLISMO JUNTO A COFIDIS

Cofidis España, la Fundación Deporte Joven, la Asociación de Ciclistas Profesionales y La Vuelta han renovado su colaboración, para la puesta en marcha de las tres próximas ediciones de las Aulas Ciclistas y La Vuelta Junior Cofidis. Las entidades seguirán promoviendo los valores del ciclismo entre los escolares durante 2017, 2018 y 2019.

#### MANUAL DE PADRES

La Fundación Deporte Joven ha colaborado junto a la Fundación Mutua Madrileña en la elaboración de una guía didáctica dirigida a padres. Tiene como objetivo fomentar su buen entendimiento con el resto de agentes implicados en la experiencia deportiva de sus hijos, para lograr que ésta sea más enriquecedora. El hilo conductor de este libro son los valores, explicados a través de distintas situaciones que muestran



Antonio García y Juan Sitges



aspectos como el respeto a las normas, la constancia y el respeto, entre otros. El prólogo está escrito por la madre del golfista **Sergio García, Consuelo Fernández Beltrán.**

#### EL LEGADO DE MARÍA DE VILLOTA EN LEGANÉS

El Legado María de Villota continúa con el ciclo de conferencias "Lección de Vida". Durante el

mes de octubre ha visitado a los escolares del CEIP Lope de Vega de Leganés. Impartieron la conferencia el ex piloto de Fórmula 1 **Emilio de Villota**, padre de María, y el director general de la Fundación Deporte Joven, **Alfonso Jiménez.**

Esta conferencia trata de transmitir, a partir de las reflexiones de la propia María, los valores que abanderó: La constancia, el espíritu de equipo y el esfuerzo, en su trayectoria como piloto, y la superación personal, el optimismo y la solidaridad, que reflejó tras sufrir el grave accidente que le apartó de los circuitos.

#### EL PROGRAMA "TENIS EN LA CALLE" VISITÓ CASTELLÓN

La Fundación Juan Carlos Ferrero y la Fundación Deporte Joven continúan acercando el deporte y sus valores a los más pequeños, a través del proyecto "Tenis a la Calle. Nadie sin Tenis". La actividad se desplazó el 1 de octubre a Castellón, con la participación de más de 500 niños. El objetivo es difundir la labor de la Federación Española de Fibrosis Quística y lograr que la enfermedad sea más conocida.



# Plan de la Actividad Física, Deporte y Fisioterapia de la Universidad Europea

La práctica de actividad física y el deporte, así como la adopción de un estilo de vida saludable, se está instaurando cada vez más en la sociedad. Por ello, la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y Fisioterapia de la Universidad Europea de Madrid desarrolló el plan #sportUExperience.

Esta iniciativa se puso en marcha en el curso académico 2014-2015, con un piloto en que los alumnos de las diferentes titulaciones “salían” de sus aulas para realizar prácticas en entornos reales como parte de sus asignaturas, con el único objetivo de fomentar la práctica de actividad física y el deporte, los hábitos saludables y la prevención.

Durante el pasado curso 2015-2016, el número de alumnos involucrados en estas actividades aumentó de 216 a 481, así como el número de actividades, que pasaron de 14 a 24. De la misma manera, más de 5.000 personas externas a la facultad participaron en los diferentes eventos que formaron parte del plan.

## ENTRE ESTAS ACCIONES DESTACAN:

- Las primeras Jornadas de Sensibilización en la Prevención de Enfermedades a través del Ejercicio. Alumnos del grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (CAFYD) y de la doble titulación de CAFYD + Fisioterapia informaron a la comunidad universitaria (profesores, alumnos de otras facultades) en diferentes stands repartidos por el campus cómo el ejercicio puede ser una vía de prevención de diferentes pato-

logías como el cáncer o la diabetes.

- Participación de los alumnos del grado en Fisioterapia y de la doble titulación de CAFYD + Fisioterapia tratando a los corredores en la meta de eventos de running como la “Carrera de los



Bomberos de Madrid” (la más seguida en redes sociales, según HavasSports&Entertainment, durante su pasada edición), la Carrera de la Diabetes, la media maratón “MAPOMA” y la Reebok-SpartanRace, entre otras.

- Realización de un estudio de impacto económico en el Madrid Mutua Open. Los alumnos de los grados en CAFYD y Gestión Deportiva diseñaron una herramien-

ta para encuestar a los asistentes al torneo y visitaron la Caja Mágica para recoger la información “in situ” durante los diez días de torneo, y cuyo informe final será dado a conocer en breve por la organización.

Durante el curso 2016-2017, los alumnos de la Facultad volverán a realizar estas actividades dentro y fuera del campus, con el afán de que los profesores, empleados, alumnos, personas externas a la universidad y cualquiera que tenga interés, tengan en cuenta sus consejos o participe en actividades propuestas para hacer su vida más sana.

Se espera realizar un mayor número de eventos y actividades, vinculadas a asignaturas de las diferentes titulaciones: CAFYD, Fisioterapia, y Grado en Gestión deportiva.

La Universidad Europea apuesta por un modelo de aprendizaje competencial, en la que el alumno adquiere conocimientos través de experiencias. Por ello, el plan del deporte #sportUExperience constituye una herramienta más que útil para que el alumno se enfrente a desafíos reales y adquiera las habilidades que se demandan en el ambiente profesional, siempre con la supervisión y la ayuda de sus docentes.



## 30 aniversario de la nominación de Barcelona como sede de los JJ00

El Museu Olímpic i de l'Esport Joan Antoni Samaranch acogió una mesa redonda para conmemorar el 30 aniversario de la nominación de Barcelona 92. Tuvo lugar el pasado 27 de octubre. Estuvo coordinada por Juli Pernas, director de la Fundació Barcelona Olímpica.

**E**n la mesa redonda participaron **Manuel Fonseca** (secretario general del Comité Olímpico Español), **Romà Cuyàs** y **Josep Lluís Vilaseca** (ex secretarios de Estado para el Deporte) y **Enric Truñó** (regidor de Deportes durante la candidatura de Barcelona). Estuvo coordinada por **Juli Pernas**, director de la Fundació Barcelona Olímpica, quien destacó que la clave del éxito fue el compromiso adquirido por los diversos sectores implicados.

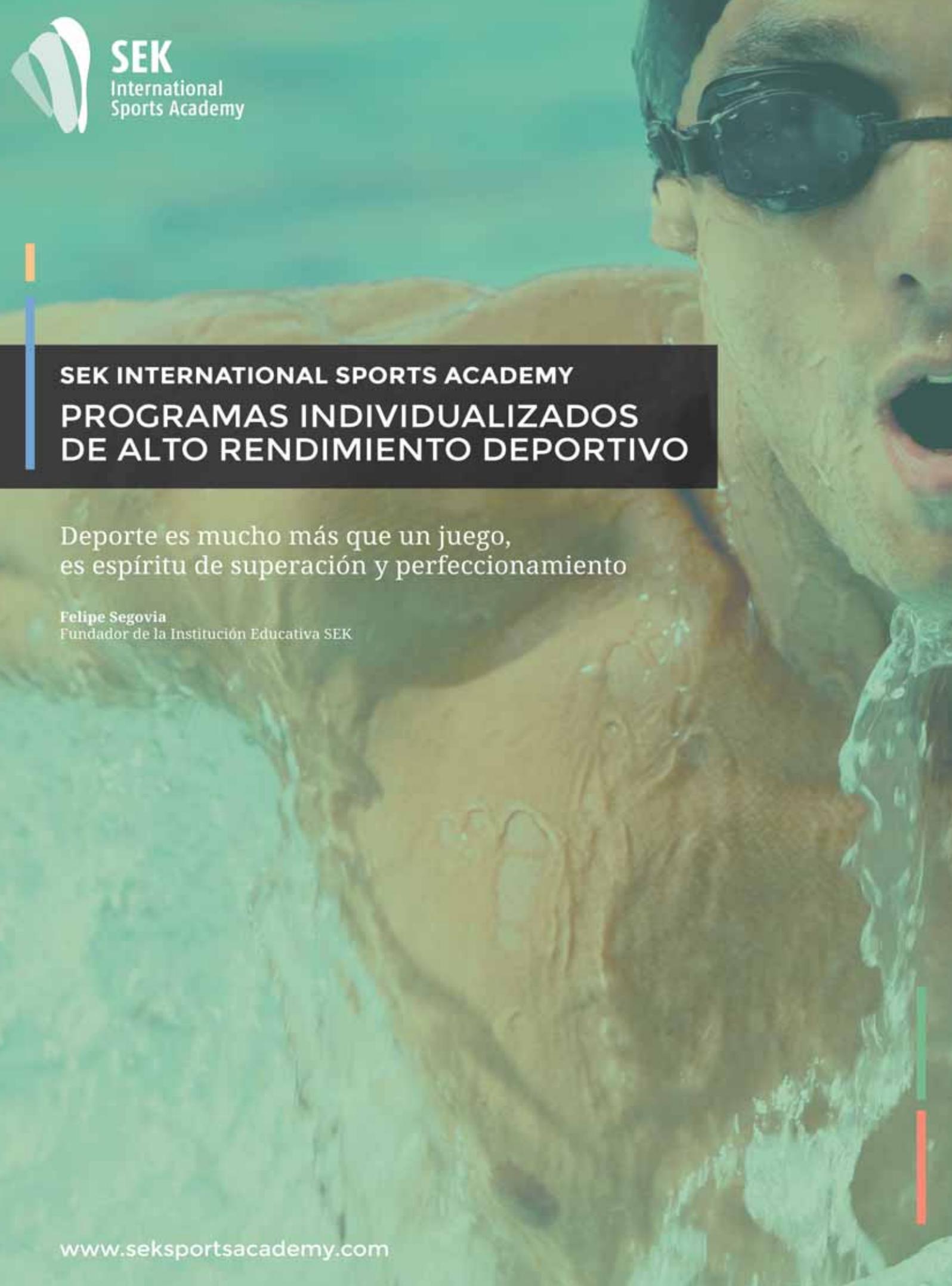
30 años después los ponentes recordaron con emoción el momento, durante la sesión del CIO en Lausanne, en la que el presidente **Juan Antonio Samaranch** pronunció las palabras "À la ville... de Barcelona".

Al acto acudieron diversas autoridades del mundo de la política como **Xavier Trias**, **Jaume Collboni**, **David Escudé**, **Maite Fandos**, **Gerard Figueras**, **Joan Camu-**



**ñas**, **Lolo Ibern**, **Pere Sust** y **Rafel Niubó**, entre otros.

Todos los integrantes de la mesa redonda coincidieron en el mismo punto: "Todos teníamos el mismo objetivo, todos trabajábamos por lo mismo. Éste fue el gran éxito de la candidatura, éxito que después se va a trasladar a los Juegos Olímpicos".



**SEK INTERNATIONAL SPORTS ACADEMY  
PROGRAMAS INDIVIDUALIZADOS  
DE ALTO RENDIMIENTO DEPORTIVO**

Deporte es mucho más que un juego,  
es espíritu de superación y perfeccionamiento

**Felipe Segovia**  
Fundador de la Institución Educativa SEK

# JAVIER ARENAS

Vicesecretario de Política Autonómica y Local del PP y Senador por Andalucía

## ▶ “Los políticos deberían de aprender de deportistas como Nadal o Gasol”



El deporte ha estado siempre muy presente en la vida de Javier Arenas. Ministro durante los gobiernos de Aznar, ha practicado Atletismo, Fútbol, Baloncesto y Balonmano. Actualmente, se decanta por la Natación y el Padel. Con su presidente, Mariano Rajoy, comparte su pasión por las largas caminatas.

Textos: **Fernando Soria / Marta Muñoz**

### ¿Cuál es su modalidad preferida?

Desde niño he sido muy deportista. Hice atletismo hasta los 15 años. He jugado al Fútbol, al Baloncesto y al Balonmano. Perteneczo a una generación en la que la infancia la pasábamos en la calle jugando al balón o montando en bici. En la actualidad, practico Natación, el agua me relaja y es un deporte muy completo y el que menos lesiones te produce.

### ¿Qué otros deportes practica?

Cuando mi actividad me lo permite aprovecho para quedar con los amigos y jugar al pádel, algo que me ayuda a desconectar de la rutina. También me gusta dar largos paseos por el campo con la familia.

### ¿Cómo se las arregla con una agenda tan apretada?

Exprimiendo el día y aprovecho el final de la jornada. El deporte me ayuda a relajar el cuerpo y desconectar la mente, aunque es evidente que en plena forma no estoy.

### Y como espectador, ¿cuáles son sus preferencias?

Todos. Soy adicto a todos los deportes. Me emociona que los deportistas españoles lleguen a lo más alto. Mi mejor momento es el del pódium con el himno de España. Mi mejor verano es el que toca Juegos Olímpicos.

Desde que uno de mis hijos juega al Rugby, también me he aficionado a ver los partidos del torneo de las Seis Naciones de Rugby.

**¿Se siente orgulloso de este Sevilla tan europeo?**

Este Sevilla nos ha dado muy buenas tardes de fútbol. Una etapa histórica. Los últimos años han hecho una gran política de fichajes y no hay que olvidar a su apasionada afición. El sevillismo siempre lleva en volandas a los futbolistas. Mención expresa a dos grandes, nuestro director deportivo Monchi y el gran Joaquín Caparrós.

**¿Le ve posibilidad este año también en Liga?**

Es indudable que esta Liga suele ser cosa de dos, con permiso del Atlético. Pero un sevillista tiene esperanza en su equipo hasta el último minuto.

**¿De dónde le viene la afición al Cádiz y al Real Madrid?**

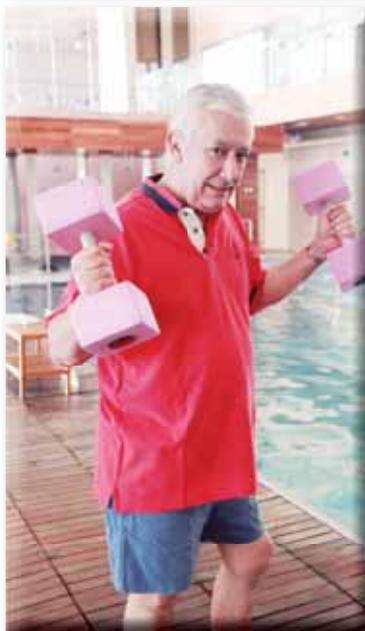
Cádiz es mi segunda casa y pasé toda mi infancia en Olvera, localidad natal de mis padres. El cadismo se respiraba en mi familia. Fui un buen defensa central del Club Deportivo Olvera, vestíamos como Las Palmas. Y el Real Madrid porque desde muy joven he vivido en la capital y me hice fan de los miércoles europeos del Bernabéu.

**¿Le preocupan los altos índices de obesidad infantil?**

La verdad es que es un asunto muy preocupante, porque España tiene la cifra de obesidad infantil más alta de toda Europa.

**¿Se fomentan lo suficiente los hábitos saludables desde las administraciones públicas?**

Desde el Partido Popular hemos puesto en marcha varias iniciativas para promover un estilo de vida más sano entre los escolares. Por ejemplo, la creación del Observatorio de la Nutrición y Estudio de la Obesidad, el Plan Cuidate+ 2012, Activilandia, Movimiento Actívate, el Plan Havis, Consumópolis o la implantación



del Día Nacional de la Nutrición. Es fundamental que para todos los ayuntamientos el deporte sea una gran prioridad en los pueblos y ciudades.

**¿Considera necesario aumentar el número de horas lectivas de**

**Educación Física en los colegios?**

Es necesario que la Educación Física forme parte de las asignaturas en la enseñanza, pero no olvidemos que la actividad física y los hábitos saludables tienen que estar arraigados dentro del día a día de nuestros jóvenes. Quiero destacar que la LOMCE, aprobada la pasada Legislatura, ya establece la importancia del cuidado del cuerpo y la promoción de unos buenos hábitos alimenticios y recoge que la actividad física y la dieta equilibrada deben formar parte del comportamiento de los escolares.

**Dicen que los españoles ya no nos alimentamos tan bien. ¿Es cierto?**

Cuesta creerlo cuando nuestro país puede presumir de la dieta mediterránea, definida como una de las más saludables entre los expertos. También es cierto que el ritmo de vida actual condiciona nuestra forma de alimentarnos y nos lleva a que en muchas ocasiones optemos por la comida rápida, lo que en mi opinión es un grave error. Sin una buena alimentación no seríamos líderes en esperanza de vida.

**¿A qué capricho no se resiste?**

A una tortilla de patatas con mayonesa y una cervecita bien fresquita.

**¿Son deportistas nuestros políticos?**

Como en todas las profesiones, hay de todo. El presidente Mariano Rajoy se da grandes caminatas todos los días a primera hora. Y conozco a muchos compañeros de partido que practican habitualmente deporte. El hábito al deporte se ha incrementado espectacularmente entre los políticos.

“El deporte me ayuda a relajar el cuerpo y desconectar la mente”

“No me resisto a una tortilla de patatas con mayonesa y una cervecita bien fresquita”

¿Comparte aficiones deportivas con algún miembro de su partido?

Con muchísimos comparto afición futbolística. Con el presidente, afición por el Fútbol, el Ciclismo y el Tenis.

¿Ha acompañado al presidente en alguna de sus caminatas?

Me lo ha ofrecido muchas veces, pero yo ando a 5,5km/h. y él, con su enorme zancada, puede superar los 7 km/h. Una cosa es acompañarle y otra hacer el ridículo.

¿En qué modalidad deportiva retaría a Susana Díaz?

Probablemente al ping-pong. A ella siempre le gusta devolver y yo no ataco mal.

Valores como el esfuerzo, el

“

A Susana Díaz la retaría a una partida de ping-pong”

“No acompaño a Rajoy a caminar para no hacer el ridículo

”



compañerismo, el respeto, ¿están presentes en el hemiciclo?

Yo llevo muchos años en política y esos valores siempre han estado presentes, tanto en el Congreso como en el Senado. Pero es verdad que ahora, con la llegada de la llamada nueva política, asistimos todos los días a escenas en las que priman las malas formas. Hace mucho tiem-

po descubrí que lo nuevo no siempre es bueno.

¿Sería interesante impartir a los políticos una jornada sobre fairplay?

En política no debería ser necesario impartir clases de fairplay porque el juego limpio, la educación y el respeto al contrincante deberían ir unidos al ejercicio de la actividad política, igual que en cualquier ámbito de la vida. Desafortunadamente, en los últimos tiempos asistimos a debates parlamentarios en los que se deja de lado ese fairplay y el respeto de las normas, que parece que no son de obligado cumplimiento para todos.

Sería positivo que los políticos aprendieran de muchos deportistas como, por ejemplo, Rafa Nadal, Pau Gasol o Gómez Noya.



Los fines de semana, deporte para todos

EL PROGRAMA

AL LÍMITE

7.30 A 8.30 HORAS LOS SÁBADOS de Fernando Soria

LA TERTULIA

8 A 9 HORAS LOS DOMINGOS

CON LOS MEJORES ESPECIALISTAS

José Luis Llorente, Chema Buceta, Juan de Dios Román, el profesor López Nombela, Pedro Calvo, Claudio Gómez, Carlos Bernardos, José Sánchez Mejías y Laura Ruiz



# ¿Dónde está la responsabilidad en el ejercicio profesional deportivo?

En la educación física y deportiva existe la obligación de garantizar un derecho fundamental de los consumidores, usuarios o beneficiarios de los servicios prestados por los profesionales, ya que está en juego un valor constitucional como es la salud y la seguridad de las personas. Este derecho constitucional de la ciudadanía se suma a los derechos de los consumidores y usuarios recogidos en el Real Decreto Legislativo 1/2007, de 16 de noviembre.

La persona que recibe un servicio deportivo debe tener garantizada la protección contra los riesgos que puedan afectar su salud o seguridad, la indemnización de los daños y la reparación de los perjuicios sufridos (Responsabilidad Civil), la participación y la atención de sus derechos mediante procedimientos eficaces, en especial ante situaciones de inferioridad, subordinación e indefensión, y la protección de sus legítimos intereses económicos y sociales; en particular frente a las prácticas comerciales desleales y la inclusión de cláusulas abusivas en los contratos.

La mayor garantía para prestar servicios deportivos es la colegiación, que se entiende como el instrumento ideal para proteger valores constitucionales y derechos de la ciudadanía. El ejercicio profesional debe estar sometido a un adecuado control

por entidades con plena autonomía e independencia como son los colegios profesionales.

La STC 3/2013, de 17 de enero, atribuye a los colegios profesionales las funciones públicas sobre la profesión, de las que constituyen el principal exponente la deontología y ética profesional y, con ello, el control de las desviaciones en la práctica profesional. Las funciones de ordenación y control del ejercicio profesional no las realiza la administración porque la pericia y experiencia estriba en los profesionales que constituyen su base corporativa.

La Sentencia del Tribunal Constitucional, (STC 194/1998) avala la colegiación obligatoria de los profesores de educación física: "La colegiación obligatoria permite evitar las repercusiones negativas que puede tener un ejercicio no adecuado de las diversas actividades físicas y deportivas, especialmente en aquellos deportes cuyo ejercicio conlleva un riesgo, sin que tampoco pueda desconocerse la importancia y valoración cada vez mayor de estas actividades, a las que los poderes públicos responden con el establecimiento de nuevas exigencias de cualificación para



VICENTE GAMBAU

PRESIDENTE DEL CONSEJO COLEF

La mayor garantía es la colegiación profesional

los profesionales dedicados a las mismas y, de modo especial, para quienes tienen como función la de docentes de esta materia en los centros de enseñanza".

La normativa actual obliga a la colegiación a aquellas personas que, disponiendo de la titulación universitaria en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, prestan servicios en los que se ven afectados directamente la seguridad y la salud de la ciudadanía.

La colegiación voluntaria para los funcionarios públicos, cuestionada seriamente en recientes sentencias, es un derecho legal, pero no una responsabilidad profesional. La calidad del servicio, la garantía de los derechos ciudadanos, el sometimiento a la ordenación y disciplina colegiales, la independencia de criterio y el compromiso con la profesión deberían ser argumentos suficientes para pertenecer al colegio profesional.

La ciudadanía debe conocer que la máxima responsabilidad profesional reside en las personas colegiadas.



# El futuro del programa ADO

**E**l programa ADO (Asociación de Deportes Olímpicos) fue creado en 1988, con el objetivo, tal y como se especifica en sus principios generales, de “mejorar los resultados de los deportistas españoles en los Juegos Olímpicos”, y, prosigue, “tiene como características básicas, la exigencia en sus criterios y la persecución de la excelencia deportiva”.

**EL** Plan se ha venido desarrollando desde hace 28 años, amparado desde el 2002 en los Programas de Apoyo a Acontecimientos de Excepcional Interés Público. Las empresas que donan dinero a estos acontecimientos pueden desgravarse hasta el 90% de las concesiones

**EL** grado de satisfacción de instituciones, federaciones, deportistas y empresas integrantes del programa, en general, ha sido pleno. Aunque durante los dos últimos ciclos se han generado dudas y se ha polemizado.

**EL** paso del tiempo es inexorable y, en el transcurrir del mismo, el programa se ha ido erosionando con un desgaste que la propia sociedad deportiva y su evolución han marcado y al que habrá que adaptarse con renovadas fórmulas y alternativas diferentes en algunos casos que adecúen el proyecto a la nueva realidad.

**LA** aportación del Plan ha caído de los 51,2 millones de euros en Londres hasta los 31 de Río, periodo olímpico en el que menos recursos se han invertido, por causas, entiendo, por todos conocidas, como la crisis económica que se ha venido padeciendo en los últimos años.



Antonio Montalvo de Lamo

*Tendrá que reformularse y adaptarse a los nuevos tiempos*

**EL** nuevo ciclo debe dar paso a una reflexión de las partes implicadas en la gestión de ADO (CSD y COE): Analizar el nuevo papel que jugará nuestra televisión pública (para unos en huida, para otros debe seguir jugando un papel importante) y diseñar las estrategias y retos de los próximos cuatro años en torno a la captación de los recursos, las ayudas a deportistas y entrenadores y las cuantías. Todo ello fundamentado en criterios objetivos para conseguir los mejores resultados en Tokio.

**SI** son imprescindibles las ayudas a deportistas y a entrenadores, aún lo puede ser más, por la importancia que puede tener en el futuro, el analizar todo lo relacionado con los Planes Especiales, a qué deportes hay que dirigirlos y qué fondos hay que destinar para que este eje del proyecto tenga una máxima influencia y rentabilidad que se pueda traducir en la consecución de mejores resultados.

**NO** es tarea fácil, pero necesariamente hay que identificar los deportes objeto de estos planes especiales en función de diferentes variables, la evolución del número de deportistas y su cuantificación, arraigo de la modalidad deportiva y evolución de la misma, referencia con países ya consolidados en este deporte...etc.

**EN** esta evaluación en profundidad que se deberá hacer en los próximos meses, hay temas estructurales del alto rendimiento que de-

berán mejorarse y que, sin duda, podrán contribuir a la excelencia deportiva de un Plan como el ADO. Me refiero a algunos de ellos, como la mejora de los programas de tecnificación deportiva, como paso previo a la Alta Competición, la recuperación del deporte escolar y la potenciación de los Campeonatos de España, abandonados a su suerte, ampliación y mejora de las instalaciones donde entrenan nuestros deportistas, buenas en general, pero con margen de mejora....etc.

**POR** último, sería importante el dedicar un tiempo a estudiar las relaciones entre patrocinadores y ADO y analizar todos los aspectos que conllevan lo que debería ser una alianza, no solo los beneficios fiscales, que también, sino el ahondar en el patrocinio como fórmula y contribución para mejorar y fomentar la credibilidad y el refuerzo de la imagen corporativa.

**POR** todo ello, deberán definirse los objetivos con claridad para que pueda haber un beneficio mutuo en la relación y redundara en ADO con una mayor fidelización y, en consecuencia, la renovación o captación de nuevos patrocinadores.

**EL** éxito o fracaso del nuevo Plan deberá ser una tarea conjunta y un compromiso de todos los componentes del Alto Rendimiento y de sus agentes públicos y privados: CSD, Administraciones Públicas, federaciones,

deportistas y de las empresas que formen parte del programa. Los resultados finales van a depender del conjunto de todos ellos.

ADO



## Elecciones a la Federación de Fútbol de Madrid

El pasado 8 de noviembre se celebraron las elecciones a la Asamblea de la Real Federación de Fútbol de Madrid. Los votantes de la candidatura ganadora optaron por la continuidad, tras los 28 años que estuvo **Vicente Temprado** (en la foto) al frente de esta institución. Creo que dejó huella y que, por eso, se ha decidido seguir con esta misma línea de gestión.

**TODO** parece indicar que el nuevo presidente será **Francisco Díez**, quien deberá de continuar la labor iniciada por Temprado, aunque realizando algunos cambios, para que se note que también tie-



**Luis López Nombela**

ENTRENADOR NACIONAL DE FÚTBOL



*Vicente Temprado merece un homenaje*



ne interés en mejorar de cara al futuro.

EL día anterior a estas votaciones creo haberle oído decir, más o menos, que así lo haría, durante la entrevista que le hizo **Pablo López** en Radio Marca. Tendrá que tener en cuenta que "está grabado" para que no tengan que reprochárselo después, si finalmente resulta elegido presidente el próximo 22 de diciembre.

**POR** ahora, desde esta revista, queremos agradecer a Vi-

cente Temprado los años que ha estado luchando por el fútbol madrileño. También conviene recordar que anteriormente la sede de la Federación estaba en un local de alquiler de la Calle Ferraz, pagando un auténtico dineral por él.

Temprado les ha dejado una sede en propiedad que vale muchos millones.

¿ALGO tendrá que hacer el mundo del fútbol

con él? Espero que así sea y mi compadre disfrute de algún tipo de agradecimiento u homenaje, que tanto merece.



  
**muni deporte**  
 .com  
[www.munideporte.com](http://www.munideporte.com)  
**El Portal del Deporte Municipal**

# “Galicia Saudable” sigue trabajando para constituir una red de centros activos

La Secretaría Xeral para o Deporte y la Consellería de Cultura, Educación y Ordenación Universitaria, a través del Plan Galicia Saudable y el Plan Proxecta, de Innovación Educativa, siguen trabajando. El objetivo es constituir una red de centros educativos activos y saludables en la comunidad.

La colaboración entre Galicia Saudable, Plan de Fomento de la Actividad Física de la Xunta de Galicia, coordinado por la Secretaría Xeral Para o Deporte, y el Plan Proxecta, de Innovación Educativa, de la Consellería de Cultura, Educación y Ordenación Universitaria, iniciada ya en el curso escolar 2012-2013, continúa con su trabajo, incrementando curso a curso los centros y alumnado participantes.

En este curso escolar 2016-2017 son 185 centros los que participan en el programa “Proyecto deportivo de centro – Centros Activos y Saludables”, llegando a 29.576 alumnos (15.357 chicos y 14.219 chicas), con un total de 1.679 aulas y 1.121 profesores implicados.

Para el desarrollo de estos proyectos de vida activa y de innovación educativa, los centros pueden escoger cualquiera de las submodalidades que se ofrecen el programa o bien crear sus proyectos con actividades propias. Las submodalidades existentes este curso escolar son:

- **DAFIS.** Valorar la condición física para la salud del alumnado.
- **MMAF.** Más y Mejor Actividad Física. Trabajar de forma compartida con las materias de Ciencias Naturales y Ciencias Sociales, impartiendo conte-



Cerca de  
30.000 alumnos  
participan  
en estas  
actividades

nidos curriculares comunes a través de la actividad física.

- **XOGADE.** Participar en las distintas modalidades del programa **XOGADE** (Juegos Gallegos Deportivos en Edad Escolar), a través de un proyecto de innovación educativa.

- **MUEVETE+.** Fomentar la actividad física a través de actividades con música y movimiento.

- **CAMINA/EN BICI A ESCUELA.** Creación de rutas seguras para ir al centro educativo caminando o en bici.

El objetivo es luchar contra el sedentarismo, el sobrepeso y la obesidad, crenado hábitos

que perduren desde el centro escolar y a lo largo de toda su vida, incrementar la acarga de actividad física diaria realizada por el alumnado dentro del horario lectivo, dinamizando y promoviendo hábitos de vida activa y saludable, así como estructurar y ordenar todas las posibilidades al alcance del centro educativo para fomentar en la comunidad educativa la necesidad de llevar una vida activa.

Todas estas actividades están siendo recogidas por la Corporación Radio Televisión de Galicia, que está dando visibilidad a todas estas iniciativas saludables.



## Murcia acogió la primera edición de los “Mar Menor Games”

Las playas de los Alcázares de Murcia fueron el escenario donde se disputó la primera edición de los “Mar Menor Games”. Este acontecimiento lúdico-deportivo se convirtió en una excelente y divertida experiencia para toda la familia.

Este evento sirvió también para romper la estacionalidad del deporte y convertir el Mar Menor en un escenario ideal, tanto para la práctica deportiva como para disfrutar de los momentos de ocio. Asimismo, se ofreció todo lo necesario para adquirir y experimentar nuevas prácticas deportivas, encaminadas para su disfrute en familia.

Hubo representantes de todas las comunidades autónomas, con las únicas excepciones de Extremadura y Ceuta, así como extranjeros en algunas de las modalidades, deportistas franceses, suizos y portugueses.

El programa estuvo compuesto de cuatro Campeonatos de España y dos Copas de España, además de otras 25 actividades lúdico-deportivas que sirvieron de asueto y diversión para quienes optaron por participar en ellas.

Así, grandes y pequeños disfrutaron de cuatro días inolvidables en los que también adquirieron nuevas experiencias en distintas modalidades.

Los cuatro Campeonatos de España, todos ellos referidos al deporte náutico, se celebraron en aguas del Mar Menor: Nacionales de Techno 293, “Raceboard”, RSX y fórmula Windsurf. A ellos se añadieron las Copas de España de Lucha Playa y la de Dragonboat Escolar.

Hubo también exhibiciones de deportes tan diversos como el Béisbol/Sofball Playa, Balonmano Playa, Voley Playa, Fútbol Playa, Rugby Playa, Fútbol Americano Playa y Bádminton Playa, así como “FlayBoard” y Salvamento y Socorrismo.

Al mismo tiempo, se celebraron partidos de Waterpolo (en aguas marinas, lo que es toda

una novedad), Pádel y Hockey Hierba 5 y se organizaron exhibiciones de Hípica (con concurso de saltos), Tiro con Arco, Tenis de Mesa, Billar, Patinaje, Esgrima, Kárate, Taekwondo, Bolos Huerfanos, Taichí y Zumba. Además, hubo diferentes exhibiciones protagonizadas por deportistas discapacitados de Pádel, Baloncesto, Slalom, Boccia y Natación.

La celebración de la primera edición de los “Mar Menor Games” ha sido posible gracias a la organización y el trabajo de la Unión de Federaciones, que preside **José María López Gullón**, y del Gobierno Regional, de la mano del propio Presidente, **Pedro Antonio Sánchez**, y de la Consejera de Cultura y Portavocía, **Noelia Arroyo**.

Esta actividad nace con vocación de continuidad y con la idea de que cada año se trasladen a un municipio del litoral.



Participaron  
más de 1.500  
personas



# Santander, sede de la final de la Sailing World Cup en 2017

La ciudad de Santander será la sede de la final de la Sailing World Cup Final 2017, las series finales internacionales para clases olímpicas y paralímpicas. Tendrá lugar del 4 al 11 de junio, como culminación de los eventos celebrados en Miami (Estados Unidos) y Hyères (Francia).

Esta decisión fue tomada por la Federación Internacional de Vela (ISAF) y anunciada por **César Díaz**, alcalde en funciones de Santander; **Ramón Ruiz**, consejero de Deportes de Cantabria, y **Julia Casanueva**, presidenta de la Federación Española de Vela.

La Sailing World Cup Final 2017 para clases de vela olímpica y paralímpica se celebrará del 4 al 11 de junio, sin que sea necesaria la construcción de nuevas infraestructuras. Aunque sí supondrá un desembolso estimado en la candidatura de 515.000 euros, de los que el Ayuntamiento y el Gobierno de Cantabria aportarán 175.000 euros cada uno, a los que se suman 75.000 euros de las inscripciones y 90.000 euros de los patrocinadores.

Los medallistas olímpicos de Río 2016 se clasificarán automáticamente, a los que se les su-

marán los ganadores de las citas de Miami y Hyères de las series. Para el resto de plazas, la clasificación para la final se basará en los resultados combinados de las etapas de la Sailing World Cup.

Este evento atraerá a Santander unas 250 embarcaciones y 350 regatistas de la "élite mundial", en un evento de "importante repercusión económica y social" del que podrán beneficiarse diferentes sectores, y que permitirá difundir una imagen de ciudad "moderna e innovadora", destacó Díaz.

El alcalde en funciones recordó que la ciudad se presentó para acoger la Copa del Mundo de Vela en los años 2017, 2018 y 2019, y explicó que la ISAF les ha felicitado por su candidatura "de calidad". En la elección se ha tenido en cuenta la experiencia en la organización del Mundial de Vela de 2014 y las dos ediciones anterior-

res de la Semana Internacional. El año próximo se "acoplará" la competición con la III Semana Internacional de la Vela.

Ramón Ruiz mostró su satisfacción por esta iniciativa "global" que permitirá demostrar que "Santander y Cantabria están capacitadas para organizar grandes eventos". También destacó la "fluida colaboración" entre administraciones y entre los sectores públicos y privados, así como la "nómina de grandes deportistas, sobre todo de la vela", que atesora la región.

Además, resaltó el apoyo de su departamento a eventos que "atraigan gran cantidad de gente" a Santander y Cantabria a través de la "nueva economía del ocio", basada en el deporte, la cultura o la gastronomía. "Es una forma de hacer región y de que Santander vuelva a ponerse en el mapa del mundo", aseguró.



Participarán  
350 regatistas  
de la élite  
mundial



## Alcobendas estrena el programa deportivo “Entrena tu Salud”

El Ayuntamiento de Alcobendas, en colaboración con la Comunidad de Madrid, ha puesto en marcha el programa “Entrena tu Salud”. Está dirigido a enfermos de cáncer, diabetes y parkinson.

**E**l principal objetivo es mejorar la calidad de vida de los enfermos a través de la actividad física. Este programa está basado en los beneficios fisiológicos y psicosociales que produce el ejercicio.

Los pacientes crónicos de cáncer, diabetes y parkinson podrán participar de forma gratuita en los nuevos programas de actividad física y salud que organiza el Servicio de Medicina Deportiva. Las actividades se realizarán en las instalaciones deportivas municipales de Alcobendas, en jornadas de tarde, hasta el mes de junio de 2017. También se incorporarán estos programas al ciclo de charlas informativas sobre “Ejercicio y salud” que se realiza a lo largo del año.

El Ayuntamiento oferta un programa de ejercicio específico dirigido a personas con diferen-

tes patologías mediante la realización de ejercicios adaptados a sus condiciones.

Se organizan cursos de acondicionamiento cardiovascular, talleres de espalda, ejercicio físico adaptado para personas con discapacidad intelectual, cursos para enfermos de parkinson, osteoporosis, parto y postparto. Durante el curso 2015/2016, la media de asistentes a estas actividades fue de 350 personas.

Con el proyecto “Entrena tu salud” se incrementa la oferta para pacientes de cáncer, parkinson y diabetes mediante un trabajo realizado en contacto con los centros de salud y las asociaciones de enfermos.

Los enfermos y supervivientes del cáncer suelen adoptar un estilo de vida sedentario, pero las investigaciones con-

cluyen que los pacientes con cáncer pueden beneficiarse del ejercicio físico, tanto durante como después del tratamiento.

En el caso de los enfermos diabéticos, el ejercicio mejora los niveles de azúcar en sangre y la reacción del cuerpo a la insulina. Para los enfermos de parkinson, por su parte, entre los beneficios que produce el ejercicio destacan la prevención o retraso en la pérdida de funciones cognitivas y la disminución del riesgo de depresión. También se retarda el avance de la enfermedad.

“Entrena tu salud” es un proyecto innovador que introduce el entrenamiento para abordar la enfermedad crónica y permite el acceso a la actividad física de las personas con patologías independientemente de su enfermedad.

➔  
Dirigido a  
enfermos de  
cáncer, diabetes  
y parkinson

# Gran éxito de participación en el I Maratón Internacional de Alcalá

El ayuntamiento complutense organizó el pasado 30 de octubre el I Maratón Internacional de Alcalá de Henares. Participaron 1.500 corredores, que recorrieron las principales calles de la ciudad.

Alcalá de Henares se convirtió en un gran circuito de atletismo con la participación de 1.500 corredores en el I Maratón Internacional de Alcalá de Henares, que discurrió por las principales vías de la ciudad, desde zonas periféricas hasta el área monumental, con un trazado llano y fluido que se hizo más cómodo gracias a las buenas condiciones meteorológicas de la jornada.

El Maratón se dividió en tres pruebas diferentes: El tradicional maratón de 42 kilómetros, una novedosa carrera de 42 km por relevos, con un equipo formado por dos corredores, y una carrera popular de diez kilómetros.

Para el alcalde de la ciudad, **Javier Rodríguez Palacios**, este maratón "nace con vocación de ser el maratón de otoño de la Comunidad de Madrid". El primer edil complutense destacó "el éxito de participación, con una carrera enmarcada en el IV Centenario de la muerte de Cervantes, donde quienes han corrido han disfrutado de un patrimonio histórico del siglo XVI, con un sabor cervantino muy importante".

El I Maratón Internacional de Alcalá de Henares fue organizado por el Ayuntamiento, el Club Juventud Alcalá, el Club de Atletismo AJA Alcalá, y la Fundación Montemadrid.



## IV TORNEO DE TENIS DE MESA

El Pabellón del Polideportivo del Juncal acogió, el pasado 6 de noviembre, el IV Torneo Ciudad de Alcalá de Henares de Tenis de Mesa. Este torneo forma parte del circuito de la

Comunidad de Madrid organizado por la Federación Madrileña de Tenis de Mesa.

Contó con la participación de 270 deportistas de toda la Comunidad de Madrid, de los que 25 pertenecían al Club de Tenis de Mesa de Alcalá. Fueron divididos en siete categorías según su nivel en el ranking oficial, ya que esta modalidad de torneo solo distingue por nivel de juego, no por edad, género, etc. En total, se disputaron partidos simultáneos en 19 mesas durante toda la jornada.

El segundo teniente de alcalde y concejal de Deportes del Ayuntamiento de Alcalá de Henares, **Alberto Blázquez**, estuvo presente en el Torneo y entregó los premios a los vencedores.

# Villanueva de la Cañada: Lluvia de records en los nacionales de Rubik

La localidad madrileña de Villanueva de la Cañada acogió el Campeonato Nacional de Rubik. Se celebró los días 29 y 30 de octubre en el Polideportivo Municipal Santiago Apóstol. Se batieron tres records nacionales.

Un centenar de jugadores de siete nacionalidades distintas se dieron cita en esta competición para demostrar sus dotes resolviendo cubos de Rubik en 16 pruebas, algunas a ciegas e incluso con los pies.

Durante el campeonato se batieron tres récords nacionales. Por un lado, la jugadora Berta García Parra batió el récord de media resolviendo tres cubos a ciegas en 38 segundos, así como el récord de múltiples cubos a ciegas, resolviendo 18 de 19 cubos en una hora. Por otro lado, el récord de la modalidad de pyraminx lo consiguió Gonzalo Orellana Barrasa, con una media de cuatro segundos.

Este evento estuvo organizado por la Asociación Española de Rubik, en colaboración con el ayuntamiento madrileño.

La competición finalizó con la entrega premios a los campeones en un acto en el que estuvo presente la concejala de Deportes, Rosa García, y el concejal de Cultura, Jesús Fernando Agudo Sánchez.



## IV CROSS DE NAVIDAD SOLIDARIO

El próximo 18 de diciembre se celebra en Villanueva de la Cañada el IV Cross de Navidad Solidario. A las 11:30 horas tendrá lugar la Marcha Familiar, con un recorrido de dos kilómetros. Se trata de una prueba no competitiva, gratuita y en la que podrán participar

todas las personas que lo deseen a partir de los diez años.

A las 12:00 horas se dará el pistoletazo de salida a la Carrera San Silvestre, que tendrá un trazado de cinco kilómetros. En esta prueba competitiva podrán participar las personas mayores de 14 años.

La salida y la llegada de ambas pruebas estarán situadas en

el Centro Cultural La Despernada de Villanueva de la Cañada.

Las inscripciones tendrán un coste de seis euros para aquellas que se realicen antes del día de la prueba y de diez euros para las que se formalicen ese mismo día. Los fondos recaudados se destinarán a la Asociación Española contra el Cáncer.



# El Ayuntamiento de Leganés lanza el programa de “Puntos Activos”

Los vecinos de Leganés están disfrutando de una nueva actividad, dentro del programa de “Deporte y Salud”. Se trata de la iniciativa “Puntos Activos”, que busca mejorar la salud de los ciudadanos, reduciendo los índices de obesidad e inactividad.

**E**sta actividad está dirigida a la población general de Leganés con hábitos sedentarios, a los participantes en el programa de prescripción de caminatas y a las personas en lista de espera del programa “Mayores en Forma”.

Sus objetivos son mejorar la salud de los ciudadanos de Leganés luchando contra el sedentarismo y la inactividad, así como informar a los participantes sobre el modo adecuado de hacer ejercicio físico seguro y saludable y sobre los servicios públicos deportivos existentes en el municipio y sus vías de acceso.

El programa se integra en la oferta de la Delegación de Deportes entre los programas enmarcados en el área de Deporte y Salud. Buscará la colaboración con otros programas municipales y se elaborará un catálogo de ejercicios y



Pretende reducir la obesidad y la inactividad

actividades lúdico deportivas para ser realizados en la vía pública.

Existen dos localizaciones de “Puntos Activos”, uno en el parque de Los Frailes y otro en el parque de La Chopera, que disponen de un espacio con una superficie suficiente para que puedan hacer ejercicio un grupo de aproximadamente 30 personas.

Estos espacios estarán equipados con un habitáculo prefabricado de 12 metros cuadrados sobre el que se colocará un distintivo y un cartel con el horario y el programa de actividades. El prefabricado se equipará con los elementos necesarios para que pueda servir de oficina para el profesor que preste servicio en el punto y como almacén de material. También habrá un expositor con folletos de las actividades deportivas públicas y un botiquín equipado para primeros auxilios.

## **I MILLA DEL ROSCÓN**

El próximo 5 de enero, a las 17.15 horas, se celebrará la primera edición de la Milla del Roscón. Está organizada por los clubes de Atletismo locales (Atletismo Leganés, Maratonianos y Atletismo Zarzaquemada) y colabora el Ayuntamiento.

Podrán participar todas aquellas personas mayores de 16 años, con un límite de 500 dorsales. La inscripción, que tiene un coste de dos euros, se podrá realizar de forma presencial, en Bikila Leganés, Mundo Maratón y Fútbol Factory Running, o de forma on line en [www.carre-raspopulares.com](http://www.carre-raspopulares.com) y [www.roc-kthesport.com](http://www.roc-kthesport.com)

Al llegar a la meta, todos los corredores podrán disfrutar de un Roscón de Reyes. A continuación, comenzará la tradicional Cabalgata.

# TORNEOS DE NAVIDAD 2016



▶ **4 de diciembre**

Tirada Solidaria de Tiro con Arco CDE Caracal

▶ **4 de diciembre**

Campeonato de Navidad de Tiro con Arco CDE Flecha Negra, Torneo Solidario "La Leche"

▶ **8, 10 y 11 de diciembre**

Campeonato de Fútbol 7 del CDE La Avanzada, campeonato Solidario "Recogida de Juguetes"

▶ **10 de diciembre**

III Campeonato de Voleibol Femenino Intercultural Arriba El Perú Carajo

▶ **18 de diciembre**

Torneo de Navidad de Petanca Club Petanca Fuenlabrada

▶ **16 de diciembre**

XV Carrera Policía local de Fuenlabrada "Juan Miguel Gervilla"

▶ **17 de diciembre**

Torneo Solidario de Bádminton Club Bádminton Fuenlabrada

▶ **17 de diciembre**

Exhibición de Navidad de Gimnasia Rítmica y Artística

▶ **17 de diciembre**

Simultáneas de Ajedrez Club Ajedrez Fuenlabrada

▶ **18 de diciembre**

Carrera Ciclista del Pavo Concejalía de Deportes y Peña Ciclista Paloma

▶ **18 de diciembre**

Carrera Ciclista del Pavo Peña Escuela Ciclista Cedena

▶ **18 de diciembre**

I Campeonato de Navidad de Petanca CD Cerro Alto

▶ **21 y 22 de diciembre**

Torneo de Navidad de Tenis Escuela Municipal

▶ **23 de diciembre**

Torneo de Navidad de Voleibol Club Voleibol Fuenlabrada

▶ **7 y 8 de enero**

Torneo Benéfico de Fútbol Sergio Pachón & Antonio López



Ayuntamiento de  
**FUENLABRADA**  
Concejalía de Deportes





## La FEC promueve el deporte entre los niños de barrios humildes

Integrar el deporte como hábito de vida en edades tempranas ayuda a prevenir las enfermedades cardiovasculares. La Fundación Española del Corazón está desarrollando acciones e iniciativas encaminadas a aumentar la práctica de la actividad física entre la población infantil.

**E**stá comprobado que los niños que realizan ejercicio físico todos los días tienen mejor salud que los sedentarios. Según las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), los niños deben realizar un mínimo de una hora diaria de ejercicio físico. Sin embargo, el 85% no cumple dicho consejo a pesar de ser consciente de la importancia y los beneficios que les aporta practicar deporte.

Ante esta situación, la Fundación Española del Corazón está llevando a cabo en Madrid el programa Children in the City, un proyecto europeo promovido por la World Heart Federation y por la Union of European Football Associations (UEFA), cuyo objetivo es fomentar el ejercicio físico entre la población infantil de los barrios más humildes de las principales ciudades europeas.



El 85% de los niños no cumple las recomendaciones de practicar una hora diaria de ejercicio

Durante la primera fase del programa se conocieron los resultados de un estudio realizado a 522 niños madrileños de entre siete y 12 años, en el que se pusieron de manifiesto los principales motivos por los cuales los niños no realizan deporte. Entre las respuestas, alegaron la falta de tiempo asociada con un exceso de tareas, y la influencia de la competitividad, es decir, el temor a "no ser buenos" o "no estar a la altura" en el aspecto deportivo.

Tras el estudio, la Fundación Española del Corazón ha puesto en marcha nuevas acciones e iniciativas encaminadas a aumentar la práctica de la actividad física entre la población infantil para reducir las barreras detectadas. Para ello, ha distribuido entre los colegios madrileños participantes un folleto informativo en el que, entre otras cosas, se anima a padres e hijos a realizar depor-

te en familia. Esto responde a otra de las conclusiones que se extrajeron del estudio en el cual se descubría que realizar deporte en familia o contar con el apoyo de los padres para practicar actividades físicas ayudaría a aumentar la práctica deportiva entre los niños y niñas.

Además, la FEC ha contado con la colaboración del atleta **Fermín Cacho**, que ha ofrecido conferencias en los centros educativos y ha hecho hincapié en la importancia del deporte y del ejercicio desde edades tempranas. El último en sumarse y apoyar esta iniciativa ha sido la cadena de gimnasios GOFit.

Por todo ello, la Fundación Española del Corazón recuerda que los buenos hábitos de vida en la infancia (dieta equilibrada y actividad física regular) mejoran hasta un 35% la salud cardiovascular en la edad adulta

# ROBERTO NÚÑEZ

Diputado de Ciudadanos en la Asamblea de Madrid

## “Queremos garantizar la salud y la seguridad de los consumidores”

La Asamblea de Madrid aprobó el pasado 14 de noviembre, a propuesta del Grupo Ciudadanos, la Ley por la que se regulan las profesiones deportivas en la Comunidad. Roberto Núñez fue el ponente de la norma.

### ¿Qué supone la aprobación de la Ley?

Supone un salto de calidad en materia deportiva, la Comunidad de Madrid no podía quedarse atrás. El deporte tiene cada vez más incidencia en la sociedad y en la salud de los ciudadanos y esta Ley mejora la calidad de los servicios profesionales.

### ¿Cuál es su principal objetivo?

El principal objetivo es garantizar la salud y la seguridad de los consumidores, usuarios o deportistas siempre que soliciten la prestación de un servicio deportivo, así como luchar contra el fraude y el intrusismo igualando las reglas de juego, potenciando la calidad y la competitividad de los servicios deportivos y evitando la competencia desleal.

### ¿Qué aspectos destacaría?

De las cinco Leyes Autonómicas que hay actualmente, entendemos que ésta va a ser la más completa y que será un referente. Esta Ley aborda, incide y solventa diferentes aspectos que mejora a otras leyes de ordenación profesional existentes. Hemos pretendido ganar el futuro sin perjudicar



el presente, nadie a la entrada en vigor quedará fuera del mercado laboral y habrá diferentes opciones en el proceso de habilitación, será muy integrador.

### ¿Les ha extrañado el enorme consenso obtenido?

Conviene recordad que en el año 2011, en el Congreso de los Diputados, fue aprobada por unanimidad una proposición no de Ley que trataba sobre la regulación de las profesiones del deporte, al no ser una iniciativa

vinculante y viendo la pasividad del ejecutivo, las comunidades autónomas están actuando. Por eso, no ha sido una sorpresa que hayamos tenido tanto consenso.

### ¿Existe mucho intrusismo en esta profesión?

Es cierto que hay intrusismo y empleo oculto. Hay datos que hablan de un 40% de personas que trabajan en actividad física y deporte no tienen ninguna titulación.

### ¿Cuál es la importancia que le da Ciudadanos al deporte relacionado con la salud?

La importancia es máxima y, por eso, hemos registrado, además de esta Proposición de Ley, otra iniciativa que ha salido por unanimidad para ampliar la carga horaria de la educación física en los centros educativos de primaria y secundaria para combatir las preocupantes cifras de obesidad infantil. Desde la administración pública hay que concienciar de la importancia del deporte, de los beneficios para la salud, del ahorro en gasto sanitario, así que seguiremos incidiendo porque nos parece un aspecto fundamental.

La Asamblea aprobó la Ley de las profesiones deportivas

# Deportistas

# CONFIDENCIAL

## 1.- ¿PERDERÁ PROTAGONISMO LA ASOCIACIÓN DEL DEPORTE ESPAÑOL?

La Asociación del Deporte Español, que incluye a todas las federaciones deportivas sean o no olímpicas, nació al cobijo del Consejo Superior de Deportes. A **Miguel Cardenal** le pareció una excelente oportunidad para tener una relación directa con las federaciones, evitando la intermediación del Comité Olímpico Español, dado su enfrentamiento con **Alejandro Blanco**. De paso, se distanciaba a las federaciones del presidente del COE, ofreciéndoles apoyo institucional y dinero a través de la Liga Nacional del Fútbol Profesional (más de un millón de euros en 2016).



doles apoyo institucional y dinero a través de la Liga Nacional del Fútbol Profesional (más de un millón de euros en 2016).

Pero la llegada de **José Ramón Lete** a la presidencia del CSD plantea dudas sobre el futuro de la ADESP. El nuevo Secretario de Estado para

el Deporte quiere diálogo con el COE en esta nueva etapa y podría considerar que un trato de privilegio a la Asociación no facilitaría dicho objetivo. Desde luego, lo que parece evidente, y así lo estiman diversos presidentes federativos consultados por esta publicación, es que la entidad que preside **Juan Hidalgo** (máximo responsable de la Federación de Triatlón) no gozará del mismo trato que tenía con Cardenal. El tiempo nos desvelará el interrogante.

## 2.- ANTONIO MONTALVO, DIRECTOR DEPORTIVO DEL CLUB DE CAMPO

**Antonio Montalvo de Lamo** es el nuevo director deportivo del Club de Campo de Madrid, el centro deportivo de la capital de mayor extensión, en que encuentran cobijo deportes de todo tipo, aunque el Golf, la Hípica, el Tenis o el Hockey sobre Hierba han sido los de mayor relevancia y tradición.

La responsable del deporte en el Ayuntamiento de Madrid, **Celia Mayer**, pretende que esta instalación siga estando en la vanguardia de los clubes más signi-

ficativos en España. Y, para ello, necesitaba completar el equipo de Dirección una persona con experiencia y prestigio en el deporte local y en su gestión. En este caso, además, bien valorado por los diversos grupos políticos. El acuerdo para su incorporación fue inmediato.

Montalvo deja el Ayuntamiento de Leganés, donde gozaba de la confianza del Alcalde y de la concejala de deportes, **Elena Ayllón**. Su trayectoria es dilatada y brillante. Licenciado en Cien-



cias de la Actividad física, ha sido, entre otros cargos, Subdirector General de Promoción Deportiva del CSD,

Presidente de la Federación Madrileña de Balonmano y delegado del equipo nacional en los Juegos Olímpicos de Atenas, así como miembro de las comisiones de deportes de la FEMP y FMM. Ha recibido diversos galardones entre los que destaca el 7 Estrellas de la Comunidad de Madrid. Como buen deportista, se encuentra ilusionado con esta nueva etapa profesional porque considera que el Club de Campo tiene un enorme potencial.

## 3.- PUNTUALIZACIÓN DEL COLEGIO DE FISIOTERAPEUTAS DE MADRID

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid se ha puesto en contacto con la dirección de esta revista

para matizar el artículo publicado en el número 70 de *Deportistas* sobre la campaña



“El Educador Físico”. En dicha noticia se indica que “...el reconocimiento del Educador

Físico como profesional de la salud es ya un hecho social...”.

Para el CPFCM, se trata de una información incorrecta, ya que “dicha figura no está reglada ni regulada en la Comunidad, como tampoco

forma parte del catálogo de Profesionales de la Salud incluidos en la Ley de Ordenación de las Profesiones Sanitarias. Por otra parte, sus competencias, si las tuviera, no están incluidas en ninguna Orden CIN que regula las citadas profesiones sanitarias”.

# Pedagogía y deporte

**Juan Jacobo Rousseau**, en su "Emilio o de la Educación", nos propone a un Emilio que debe correr y su tutor ha de buscar razones que le impulsen a hacerlo. Esto formaría parte de la educación del joven, que habría de adaptarse a la naturaleza y a sus normas predeterminadas para crecer en armonía consigo mismo y con la propia naturaleza.

**LAS** razones del tutor no se ajustan a los motivos por los que debía correr, sino a los que coyunturalmente Emilio es capaz de captar.

**ESTA** figura que **Bernard Jeu** llama "prudencia peda-



**Luis V. Solar  
Cubillas**  
PRESIDENTE DE  
FAGDE

‘  
*Ambos  
conceptos  
deben  
replantarse  
su relación*  
’

gógica" ha sido utilizada desde siempre por la pedagogía ante la necesidad de razonar el empleo del esfuerzo físico y del gasto de energía, en los procesos educativos.

**TAL** búsqueda de razones no ha sido nunca fácil, ni para el tutor de "Emilio", ni para los pedagogos que a lo largo de casi dos siglos han creído en la capacidad humana de moverse como una posibilidad para la educación.

**PIERRE de Coubertín**, en las postrimerías del siglo XIX, trató de aportar al catálogo de "razones" la opción del deporte: La competición como "algo entendible", como algo "asumible" por el profesor y por el alumno.

**PERO** hoy, tras un siglo de convivencia, deporte y educación han de replantearse su relación, para reubicar la aportación del primero a los procesos de formación del ser humano. Así parece aconsejarlo la peligrosa tendencia de supeditar la educación a través del deporte a algo ajeno al propio individuo, como el "ocio pasivo de terceros".

**COLOCAR** la educación al servicio de las estructuras del deporte como "Equipo, Club, Federación o País", supone, cuando menos, un grave error pedagógico, ya que somete el "fin" al "medio", o lo que es lo mismo: el "individuo" al "proceso".



## MESÓN DEL CID

en Madrid

en Burgos

Jesús López

José Luis y  
Pedro López

Restaurante

Fernandez de la Hoz, 57  
Teléfono: 91 442 07 55  
Fax: 91 442 47 77  
madrid@mesondelcid.es

Restaurante y Hotel

Plaza de Santa María, 8  
Teléfono: 947 20 87 15  
Fax: 947 26 94 60  
mesondelcid@mesondelcid.es



www.mesondelcid.es



# Ayuntamiento de Arganda del Rey

## ACTIVIDADES DEPORTIVAS DE DICIEMBRE

**ABD**  
**Aerobic**  
**Aquaembarazadas**  
**Aquagym**  
**Aquapilates**  
**Aquatraining**  
**Aquazumba**  
**Cardio Sac Box**

**Ciclo Indoor**  
**Core**  
**Energy Balance**  
**Entrenamiento en suspensión**  
**Estiramientos pareja**  
**GAP**  
**HIIT**  
**Hipopresivos**

**Pilates**  
**Power Disk**  
**Running**  
**Step**  
**Taichi**  
**Total training**  
**Yoga**



 Deporte Arganda  
 @deportearganda  
 618 72 19 92

  
CIUDAD DEPORTIVA PRÍNCIPE FELIPE  
Ayuntamiento de Arganda del Rey



Ayuntamiento  
de Arganda del Rey

# *Madrid se Mueve finalizó con éxito su tercera temporada*



# GRACIAS

a todos los deportistas que participaron  
y a las entidades colaboradoras

