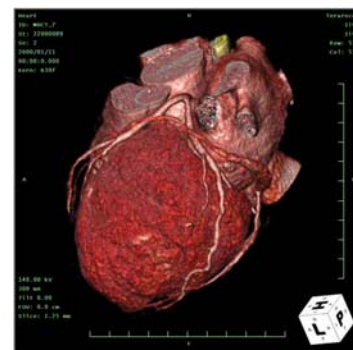


# ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE TÉCNICOS DE AIKIDO

Colabora: *Hospital de León*  
*Servicio de Medicina Interna*



## VI CURSO INTENSIVO DE PRIMEROS AUXILIOS Y FISIOLOGÍA DEL DEPORTE (2008)

*Se convoca la realización de la presente edición, dirigida a asociados de la A. Española de Técnicos de Aikido bajo el programa siguiente:*

- 1.-Valoración inicial del accidentado y primeros auxilios comunes
- 2.-Reanimación cardiopulmonar básica y manejo extrahospitalario del herido grave:
  - Aislamiento de vía aérea
  - Soporte hemodinámico
  - Parada cardiorrespiratoria
  - La cadena de intervención en código cero
  - Aspectos médico-legales
- 3.-Situaciones especiales (Ahogamiento, electrocución, etc.)
- 4.-Lesiones más comunes en la práctica de las artes marciales y errores evitables
- 5.-Conceptos de medicina deportiva. Contraindicaciones y limitaciones para la práctica de ejercicio físico en general (clasificación por distintas enfermedades frecuentes). Biomecánica.
- 6.-Fisiología cardiovascular:
  - Gasto cardíaco y adaptación al ejercicio
  - Cambios del sistema vascular con la edad
  - Evaluación física antes de iniciar una práctica deportiva: quién debe chequearse y qué test debe realizarse



**PROFESOR:** Angel Luis Martínez (Especialista en Medicina Interna.  
Hospital de León)

# **Anatomía, fisiología, biomecánica y ejercicio.**

## Anatomía:

- Anatomía articular
- Anatomía articular macroscópica
- Anatomía articular microscópica.

## Fisiología:

- Fisiología muscular
- Unidad motora
- Potencial de acción
- Contracción muscular

## Biomecánica:

- Ejes de movimiento
- Planos de movimiento
- Tipos de palancas

## Ejercicio:

- Concepto de ejercicio
- Teorías del ejercicio
- Teoría fisiológica
  1. Sistemas metabólicos musculares durante el ejercicio
  2. Frecuencia cardíaca
  3. Volumen de Oxígeno
  4. Umbral anaeróbico
- Sistemas de entrenamiento
  1. Resistencia aláctica
  2. Resistencia láctica
  3. Resistencia aeróbica
- Mitos y leyendas.

**FECHA: 1 y 2 de marzo 2008**

**DURACIÓN: 12 horas lectivas a lo largo de un fin de semana. Inicio el sábado día 1 a las 11:00 horas**

**LUGAR: HOSPITAL DE LEÓN: Precio: 25 €**(Gratuito para los participantes que lo hayan realizado anteriormente y soliciten reciclaje)  
Colaboración del Servicio de Medicina Interna para acreditación y material docente. (plazas limitadas por razón de espacio). Se comunicará el lugar exacto del Hospital o la Universidad a cada uno durante el mes de febrero.

Nota: La Asociación pone a disposición de sus miembros la posibilidad de realizar el curso en otros puntos de España (según requerimientos y disponibilidad). Este tema se tratará en cada caso individualmente.

Contacto: **Angel L. Martínez: tel 619291764 (angel@qed.jazztel.es)**  
**Enviar confirmación de asistencia antes del día 15 de febrero del 2008**

Este u otros cursos similares (correctamente certificados) serán necesarios para la acreditación de profesores por parte de la comisión de enseñanza de la Asociación; el que aquí presentamos se realiza con carácter anual aproximadamente.

