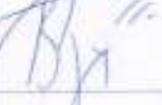


Procedimiento: Atención Multidisciplinaria del Control del Entrenamiento Deportivo**REGISTRO DE REVISIÓN Y APROBACIÓN**

	NOMBRE	PUESTO/CARGO	FIRMA	FECHA
ELABORADO	Juan Francisco Cabrera	Asistente Técnico		12/10/2011
	Dr. Calvin Illescas	Médico del Deporte		12/10/2011
REVISADO	Lic. Byron Solórzano Gramajo	Subgerente Técnico		12/10/2011
	Dr. Pedro Arturo Figueroa	Director Ciencias Aplicadas		12/10/2011
APROBADO	Lic. Byron Solórzano Gramajo	Subgerente Técnico		12/10/2011

DOCUMENTO ORIGINAL
DIRECCION DE PROCESOS
Prohibida su Reproducción
No Controlada

Procedimiento: Atención Multidisciplinaria del Control del Entrenamiento Deportivo**TABLA DE CONTENIDO**

- A. Documentos relacionados
- B. Objetivo
- C. Definiciones
- D. Narrativa

A. DOCUMENTOS RELACIONADOS

- **CCAA-FOR-02** Informe de Visita Equipo Profesional Multidisciplinario (E.P.M.)
- **CCAA-FOR-04** Cuadro de Estadística de Ciencias Aplicadas

B. OBJETIVOS**Objetivo General**

- Brindar servicios de Medicina del Deporte, Nutrición, Fisiatría, Traumatología y Ortopedia, Psicología y Odontología a los deportistas para optimizar su rendimiento bio-psicosocial.

Objetivos Específicos

- Planificar y coordinar las evaluaciones clínicas, pre-competencia y funcionales para identificar el estado de salud y condición física del deportista.
- Brindar la atención de medicina aplicada a los deportistas en clínica, terreno y cobertura en los eventos priorizados.
- Desarrollar y mantener un sistema de información médica de los deportistas (priorizados).
- Crear y coordinar un programa de capacitación sobre medicina y ciencias aplicadas al deporte.
- Crear y coordinar un programa de investigación sobre medicina y ciencias aplicadas al deporte.

C. DEFINICIONES

Macrociclo	Es el plan general de un programa de entrenamiento en el que se incluyen todas las actividades a realizar, inclusive métodos, leyes y principios de entrenamiento.
Mesociclo	Es un segmento parcial del programa de entrenamiento que contienen las actividades en microciclo a desarrollar en ese segmento de tiempo.
Microciclo	Son estructuras de organización del entrenamiento deportivo y están constituidos por un conjunto de sesiones de entrenamiento organizadas de manera coherente.
Sesión de entrenamiento	Período de tiempo durante el cual se desarrolla el programa diario de carga de trabajo establecido
Protocolos anaeróbicos y aeróbicos	Registro de procedimientos a seguir para la evaluación de las capacidades aeróbicas-anaeróbicas de un individuo en cuestión.

Procedimiento: Atención Multidisciplinaria del Control del Entrenamiento Deportivo

Cineantropometría	Ciencia que estudia al individuo morfológicamente y su comportamiento en movimiento, teniendo como parámetros la bibliografía y mediciones tales como diámetros circunferencias y pliegues cutáneos.
Alineamiento Postural	Posicionamiento del cuerpo, énfasis en columna vertebral de base y eje de referencia para el resto del cuerpo.
Protocolos de Amplitud Articular y Flexibilidad	Conjunto de referencias para la valoración del movimiento articular fisiológico y límites de pertinencia.
Test Psicológicos	Conjunto de cuestionamientos, previamente estandarizados, para valorar actitud de un individuo conjunto de individuos.
Medición de parámetros bioquímicos relacionados a la alimentación y nutrición	Conjunto de parámetros biológicos analizables que expresen estado bioquímico y biológico de un individuo relacionado con salud y nutrición.

D. NARRATIVA

No	Actividad	Responsable	Descripción de las Actividades
1	Revisión Plan de Entrenamiento y Programación Pruebas	E.P.M. / D.T. FADN	Con base en el Plan de Entrenamiento (Macro ciclo), en conjunto con el entrenador de la Federación o Asociación Deportiva Nacional se programan las Pruebas Funcionales de Terreno, orientadas a la competencia fundamental y desarrollo físico de los deportistas en cada mesociclo.
2	¿Se realiza Prueba Funcional de Terreno?	E.P.M. / D.T. FADN	Identifican en el plan de entrenamiento si es el momento de realizar Prueba Funcional de Terreno. Si La prueba de terreno se realiza continúa en el paso 3. Si la prueba de terreno no se realiza continúa en el paso 6.
3	Prueba Funcional de Terreno (Médico, Fisioterapeuta, Psicólogo y Nutricionista)	E.P.M.	<p>El Equipo Profesional Multidisciplinario (E.P.M.) realiza las evaluaciones iniciales según especialidad y las pruebas siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Protocolos anaeróbicos (Médico): Aplicación de protocolos para medir capacidades anaeróbicas: RAST: Potencia Máxima; Resistencia a la fuerza; Índice de Fatiga. Fuerza rápida; Velocidad a la Fuerza; Índice de Fuerza Isométrica, etc. • Protocolos aeróbicos (Médico): Aplicación de Protocolos para medir capacidad aeróbica: Tomakidis, otros. • Cineantropometría (Médico): Evaluación de Índice de Masa Corporal, Porcentaje de Grasa, Desarrollo Muscular (AKS) • Alineamiento Postural (Fisioterapeuta): Evaluación del equilibrio músculo esquelético • Protocolos de Amplitud Articular y Flexibilidad (Fisioterapeuta): Instrucción e inducción al Calentamiento y estiramiento • Test Psicológicos (Psicólogo): Psicodiagnóstico; Evaluación Estado Psíquico Precompetitivo, competitivo, post competitivo



Procedimiento: Atención Multidisciplinaria del Control del Entrenamiento Deportivo

			<ul style="list-style-type: none">Entrenamiento Psicológico del deportista (Psicólogo): Entrenamiento cognitivo; Mental; Psicorregulación; Dirección del estado psíquico durante la competencia.Observación, registro y medición del estado de hidratación (Nutricionista): Entrevistas de Hábitos de Hidratación y registro de hábitos alimenticios.Cineantropometría (Nutricionista): Evaluación de Balance energético (Ingesta y Gasto).
4	Elaboración del Reporte / Diagnóstico Individual o Equipo	E.P.M.	Elabora un reporte o diagnóstico con el análisis e interpretación de resultados obtenidos, por especialista. Consigna los datos en el cuadro de Estadística de Ciencias Aplicadas (formato CCAA-FOR-04). Llena el Informe de visita CCAA-FOR-02 .
5	Comunicación de resultados y entrega de recomendaciones	E.P.M. / D.T. FADN	Luego de realizar el Informe de visita CCAA-FOR-02 , las recomendaciones son entregadas y comunicadas a los entrenadores para tomarlas en consideración para la siguiente prueba funcional de terreno identificando el avance de los atletas.
6	Atención en el seguimiento del plan de entrenamiento deportivo	E.P.M. / D.T. FADN	Brinda apoyo al entrenador con respecto al objetivo del entrenamiento del día: Seguimiento a las orientaciones emanadas de los resultados de las pruebas funcionales, Atención Primaria de enfermedad o Lesiones Deportivas; Presentación de pláticas médicas, psicológicas, nutricionales y de fisioterapia.
7	Informe de Visita CCAA-FOR-02	E.P.M. / D.T. FADN	Llena el formato Informe de Visita CCAA-FOR-02 dando detalle breve y conciso de lo realizado durante la visita para el seguimiento del plan de entrenamiento.