UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Simposio reúne expertos mundiales en deporte

22 OCT 2003

"Controversias recientes sobre hidratación para la actividad física", "Obesidad y sobrepeso en la población estudiantil costarricense entre los 8 y 17 años", y "Tratamiento de dolor lumbar utilizando la fisioterapia y el método quiropráctico", son algunos de los temas que se examinarán en el Décimo Simposio Internacional de Ciencias del Deporte, el Ejercicio y la Salud, que se efectuará del 22 al 25 de octubre.

Tendrá lugar de 1:30 p.m. a 7 p.m., en el Auditorio de la Ciudad de la Investigación de la Universidad de Costa Rica, y es organizado por la Escuela de Educación Física y Deportes.

Como parte de este Simposio se contará con la participación de especialistas de Estados Unidos, Rusia, Alemania, Guatemala, México, Brasil y Costa Rica.

Este congreso es el más antiguo de esta disciplina que se celebra en la UCR y uno de los de mayor prestigio académico de América Latina.

Su objetivo es mostrar la investigación realizada en este campo tanto por la Escuela de Educación Física de la UCR como por otras instituciones nacionales e internacionales.

Girará en torno a aspectos relacionados con Fisiología del ejercicio, Biomecánica deportiva, Psicología del deporte, Nutrición deportiva, Entrenamiento deportivo, Actividad física en poblaciones especiales, Pedagogía deportiva, Recreación, Administración deportiva, Ejercicio y salud y Quiropráctica.

Durante los tres días del Simposio se realizarán exposiciones regulares y magistrales, talleres prácticos y sesión de carteles.

Programa:

Como parte de este simposio, el miércoles 22 de octubre, a las 2 p.m., se llevará a cabo la sesión inaugural, con la participación del Rector de la UCR, el Director de la Escuela de Educación Física y Deportes, y los invitados nacionales y extranjeros.

Posteriormente, de 3 p.m. a 7 p.m., se ofrecerán conferencias en torno a temas como "Respuesta metabólica a las alturas extremas durante el período de aclimatación de los montañistas y Sherpas", "Lesiones cutáneas en educadores físicos costarricenses", y "La práctica del tai chi como medio para reducir el estrés y la ansiedad en estudiantes universitarios y mejorar su calidad de vida".

Por su parte, el jueves 23 de octubre, 8:30 a 10:30 a.m., se realizarán varios talleres, en las instalaciones deportivas de la UCR, en torno a tópicos como "Resucitación Cardio Pulmonar", "Tai Chi", "Recomendaciones en la prescripción del entrenamiento con pesas para diabéticos e hipertensos", "Fundamentos de Baloncesto para niños de 9-12 años", y "Las ligas o bandas elásticas como opción básica para el trabajo en las lecciones de Educación Física".

A partir de la 1:30 p.m. se continuará con las conferencias en el Auditorio de la Ciudad de la Investigación, donde se examinarán, entre otros temas, "Determinación de la carga inicial para entrenamiento en los ejercicios con pesas, mediante la utilización de la escala de esfuerzo percibido de Borg", "Factores de motivación que influyen en la participación en el ejercicio aeróbico y el entrenamiento con pesas", "Efecto crónico de la práctica mental combinada con práctica física, sobre la memoria visual, memoria auditiva y el tiempo de reacción en personas adultas mayores", y "Relación entre la presión por parte de los padres y entrenador en la orientación de metas y el nivel de ansiedad pre-competencia de niños futbolistas".

El viernes 24 de octubre, en la mañana, se realizarán talleres sobre "Análisis de bebidas energéticas disponibles en Costa Rica", "Alzheimer, actividad física y recreación", "Escuela para caminar para pacientes con problemas neurológicos", "Diabetes y Ejercicio", y "Esgrima Pedagógica".

Este mismo día, por la tarde, se examinará "Entrenamiento de intervalos en el desarrollo de la resistencia específica del fútbol", "Los dos aspectos de los fármacos: salud y doping", "El efecto de una bebida energética sobre la resistencia aeróbica", y "La natación y el juego", entre otros.

Finalmente, el sábado 25 de octubre, de 8:30 a.m. a 12:30 p.m., se analizarán temas como "Efectos de la práctica mental sobre la retención de una destreza, la memoria auditiva y la atención en adultos mayores", "Influencias de la deshidratación en la precisión del lanzamiento de penalti en water-polo", "Influencia del estado anímico sobre el rendimiento académico en las gimnastas participantes de la III Copa Centroamericana de Gimnasia 2003", y Estrategias para la adherencia al ejercicio", y a la 1 p.m., se llevará a cabo el acto de clausura.

María Eugenia Fonseca Calvo
Periodista Oficina de Divulgación e Información
maria.fonsecacalvo@ucr.ac.cr