



65 nadadores de siete países participan en una investigación sobre el entrenamiento en altitud

Fecha Viernes, 28 de octubre de 2011

En Agencias - Redacción

Granada es uno de los pocos lugares del mundo donde puede practicarse la estrategia conocida como “high-high-low” (permanencia en altitud moderada y entrenamiento 2-3 veces por semana a cota baja), debido a la proximidad entre el Centro de Alto Rendimiento de Sierra Nevada (2.230 m.), donde residen los nadadores, y la piscina del Centro de Actividades Deportivas de la Universidad de Granada (690 m.)

Durante los meses de octubre y noviembre Granada acoge a gran parte de los participantes en el proyecto ALTITUDE. ALTITUDE Project es una iniciativa de investigación colaborativa internacional que pretende comparar el efecto de distintas estrategias de entrenamiento en altitud sobre el rendimiento físico y deportivo, la técnica deportiva y el estado de salud en nadadores de élite.

Los parámetros de seguimiento permitirán analizar el estado de las capacidades fisiológicas, respuesta hematológica, inmunológica, balance pro/anti oxidante, composición corporal y adaptaciones cardiovasculares al entrenamiento en altitud moderada. Para la ejecución del proyecto, Granada se constituye como uno de los pocos lugares del mundo donde puede practicarse la estrategia conocida como “high-high-low” (permanencia en altitud moderada y entrenamiento 2-3 veces por semana a cota baja), debido a la proximidad entre el Centro de Alto Rendimiento de Sierra Nevada (2.230 m.), donde residen los nadadores, y la piscina del Centro de Actividades Deportivas de la Universidad de Granada (690 m.). Esta ubicación estratégica es el requisito indispensable que permite a los nadadores llevar a cabo su entrenamiento en ambas localizaciones mientras residen en altura.

Equipo interdisciplinar

El equipo interdisciplinar lo forman investigadores de las Universidades de Granada y Barcelona, el Centro de Alto Rendimiento de Sierra Nevada (Consejo Superior de Deportes), el Servicio de Análisis Clínicos del Hospital Universitario Virgen de las Nieves, Hospital Universitario San Cecilio de Granada, así como a varias instituciones universitarias, de investigación y deportivas internacionales (Institute for Exercise and Environmental Medicine, University of Texas, EE.UU; Vrije Universiteit Amsterdam, Holanda; Australian Institute of Sport, Australia; United States Olympic Commmittee, EE.UU).

La muestra está compuesta de 65 nadadores de élite de siete países diferentes (España, China, Eslovenia, Holanda, Brasil, Túnez y Australia) distribuidos entre los diferentes grupos de estudio. Junto a los investigadores españoles participan en el proyecto investigadores de Finlandia, Alemania, Eslovenia, Irlanda, Estados Unidos y China.

Noticia publicada en: [radiogranada.es](http://www.radiogranada.es)
<http://www.radiogranada.es>

Enlaza esta noticia:
<http://www.radiogranada.es/modules.php?name=News&file=article&sid=71400>