



Jonatán Ruiz, de la Universidad de Granada.

'Aristo' protegerá la salud en el deporte de élite

Crearé una herramienta diagnóstica de lesiones y talento deportivo, con el beneplácito de la Comisión Europea

MADRID
ISABEL GALLARDO PONCE
 igallardo@diariomedico.com

El proyecto traslacional *Aristo*, financiado por la Comisión Europea, y como parte de la iniciativa *Acción Europea en el Ámbito del Deporte*, busca diseñar una herramienta de análisis de la condición de salud y de entrenamiento en atletas jóvenes con el objetivo de proteger la salud y detectar el talento deportivo a largo plazo, según ha explicado a DM Jonatán Ruiz, investigador Ramón y Cajal del Departamento de Educación

Física y Deportiva de la Universidad de Granada, participante en la iniciativa.

"Estamos tratando de determinar qué tipos de test de condición física y psicológicos se pueden establecer en función de cada deporte olímpico para prevenir la aparición de lesiones e incrementar las posibilidades de detectar un posible talento deportivo", y optimizar el rendimiento.

El grupo de Granada ya ha creado unas baterías de test fisiológicos y de rendimiento deportivo para cada disciplina, que "se están po-

niendo en marcha en cada país para su validación". Aunque hasta el momento no hay datos, se trata de realizar ejercicios para detectar varios parámetros: "Por ejemplo, en voleibol analizamos la velocidad en la que se lanza la pelota; en gimnasia rítmica se realizan pruebas de equilibrio, de flexibilidad. Cada disciplina tiene herramientas concretas" y hay una batería general que evalúa la condición física en función del estado de salud. Los test ayudan a detectar posibles desequilibrios musculares o carencias en el rendimiento que, si no se compensan, pueden producir problemas musculares y lesiones.

Según Ruiz, las baterías podrán utilizarse para determinar si un niño tiene o no las cualidades para un deporte y para reorientar la práctica. "El potencial no implica que vayan a ser atletas de élite, sino que pueden tener cualidades innatas" que han de unirse a un entrenamiento adecuado.

El proyecto desarrollará un protocolo de seguimiento específico con pruebas médicas y funcionales para corroborar que las pruebas son predictoras de rendimiento y de lesión.

Socios transnacionales

El proyecto *Aristo* está impulsado por la **Consejería de Educación, Cultura y Deporte de la Junta de Andalucía en colaboración con 10 socios de 7 países europeos: la Empresa Pública para la Gestión del Turismo y el Deporte de Andalucía; el Centro Andaluz de Medicina del Deporte; la Facultad de Ciencias del Deporte de Granada; las Federaciones Españolas de Bádminton y Triatlón; el club de Voleibol Ládví de la República Checa; la Junta Regional de las Marcas de Italia; la Academia Nacional de Deportes Vassil Levski de Sofía, en Bulgaria; la Universidad de Educación y Ciencias del Deporte y la Salud de Lituania, y el Club de Gimnasia Rítmica Vigro Visi de Letonia, junto a la reciente incorporación de la Facultad de Deporte de la Universidad de Oporto, en Portugal.**