

# Paraninfo

## Valoración de la condición física e intervención en accidentes



**Editorial:** Paraninfo

**Autor:** FRANCISCO IGNACIO MARTÍNEZ CABRERA, RODRÍGO SERRANO CHECA

**Clasificación:** Ciclos Formativos > Actividades Físicas y Deportivas

**Tamaño:** 21 x 27 cm.

**Páginas:** 280

**ISBN 13:** 9788428360517

**ISBN 10:** 8428360510

**Precio sin IVA:** \$ 132823.00 COP

**Precio con IVA:** \$ 132823.00 COP

**Fecha publicación:** 12/04/2024

### Sinopsis

**La valoración de la condición física es el pilar fundamental sobre el que se sustenta cualquier entrenamiento.**

Este libro desarrolla los contenidos del módulo profesional de **Valoración de la condición física e intervención en accidentes**, de los Ciclos Formativos de grado superior de Enseñanza y Animación Sociodeportiva, y Acondicionamiento Físico, pertenecientes a la familia profesional de Actividades Físicas y Deportivas, y del Ciclo Formativo de grado Superior en Termalismo y Bienestar, perteneciente a la familia profesional de Imagen Personal.

El conocimiento del estado del deportista es fundamental para diseñar un plan de entrenamiento efectivo, adaptado a sus necesidades específicas. La selección precisa de variables y pruebas de medición brinda un enfoque científico que maximiza las posibilidades de éxito. Además, comprender los principios básicos de primeros auxilios en contextos deportivos es crucial para minimizar las consecuencias de posibles accidentes. Este libro proporciona a los lectores una comprensión profunda de la fisiología y anatomía relevantes para el entrenamiento deportivo, así como metodologías de entrenamiento contemporáneas y técnicas de análisis de datos. Basado en evidencia científica y enriquecido con recursos digitales actualizados, este texto ofrece una herramienta práctica para entrenadores deportivos, con actividades diseñadas para facilitar la aplicación del conocimiento en situaciones reales de entrenamiento.

**Francisco Ignacio Martínez Cabrera** es doctor internacional en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y máster en Actividad Física y Salud, Preparación física y readaptación de lesiones en fútbol. Ha impartido docencia en diversas universidades, y en CFGM y CFGS de deporte. Además, cuenta con experiencia como

entrenador personal de deportistas profesionales de alto nivel y preparador físico de fútbol en clubes de nivel internacional.

**Rodrigo Serrano Checa** es licenciado en CAFYD, máster en Actividad Física y Salud, máster en Entrenamiento Personal y doctor en Ciencias de la Salud. Es profesor y jefe de estudios en Centro de Técnicos Deportivos Al Ándalus, profesor de Máster en la Universidad Europea de Madrid y coordinador y entrenador personal en Activa Sport Center Baeza, con más de 10 años de experiencia.

## Indice

**1.** Relación de la intensidad del ejercicio con los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación; **2.** Relación de la mecánica del ejercicio con el sistema musculoesquelético; **3.** Elaboración de programas de acondicionamiento físico básico; **4.** Evaluación de la condición física y biológica; **5.** Análisis e interpretación de datos; **6.** Integración de medidas complementarias para la mejora de la condición física; **7.** Valoración inicial de la asistencia en una urgencia; **8.** Aplicación de técnicas de soporte vital y primeros auxilios; **9.** Métodos de movilización e inmovilización.

Paraninfo Colombia Calle José Abascal, 56 (Utopicus). Oficina 217. 28003 Madrid (España)  
Tel. (+34) 914 463 350 Fax  
clientes@paraninfo.co www.paraninfo.mx