



Sociedad Española de Medicina del Deporte

**Junta de Gobierno**

**Presidente:**

Pedro Manonelles Marqueta

**Vicepresidente:**

Carlos de Teresa Galván

**Secretario General:**

Luis Franco Bonafonte

**Tesorero:**

Javier Pérez Ansón

**Vocales:**

Miguel E. Del Valle Soto

José Fernando Jiménez Díaz

Juan N. García-Nieto Portabella

Teresa Gaztañaga Aurrekoetxea

**Edita**

Sociedad Española de Medicina del Deporte

C/ Cánovas nº 7, local

50004 Zaragoza (España)

Tel. +34 976 02 45 09

femede@femede.es

www.femede.es

**Correspondencia:**

C/ Cánovas nº 7, local

50004 Zaragoza (España)

archmeddeporte@semede.es

http://www.archivosdemedicinadeldeporte.com/

**Publicidad**

ESMON PUBLICIDAD

Tel. 93 2159034

**Publicación bimestral**

Un volumen por año

**Depósito Legal**

Zaragoza. Z 988-2020

**ISSN**

0212-8799

**Soporte válido**

Ref. SVR 389

**Indexada en:** EMBASE/Excerpta Medica, Índice

Médico Español, Sport Information Resource

Centre (SIRC), Índice Bibliográfico Español de

Ciencias de la Salud (IBECS),

Índice SJR (SCImago Journal Rank), y SCOPUS

La dirección de la revista no acepta responsabilidades derivadas de las opiniones o juicios de valor de los trabajos publicados, la cual recaerá exclusivamente sobre sus autores.

Esta publicación no puede ser reproducida total o parcialmente por ningún medio sin la autorización por escrito de los autores.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

# Archivos de medicina del deporte

Revista de la Sociedad Española de Medicina del Deporte

Afiliada a la Federación Internacional de Medicina del Deporte, Sociedad Europea de Medicina del Deporte y Grupo Latino y Mediterráneo de Medicina del Deporte

**Director**

Pedro Manonelles Marqueta

**Editor**

Miguel E. Del Valle Soto

**Administración**

Melissa Artajona Pérez

**Adjunto a dirección**

Oriol Abellán Aynés

**Comité Editorial**

**Norbert Bachl.** Centre for Sports Science and University Sports of the University of Vienna. Austria. **Araceli Boraita.** Servicio de Cardiología. Centro de Medicina del Deporte. Consejo Superior de deportes. España. **Mats Borjesson.** University of Gothenburg. Suecia. **Josep Brugada Terradellas.** Hospital Clinic. Universidad de Barcelona. España. **Nicolas Christodoulou.** President of the UEMS MJC on Sports Medicine. Chipre. **Demitri Constantinou.** University of the Witwatersrand. Johannesburgo. Sudáfrica. **Jesús Dapena.** Indiana University. Estados Unidos. **Franchek Drobnic Martínez.** Servicios Médicos FC Barcelona. CAR Sant Cugat del Vallés. España. **Tomás Fernández Jaén.** Servicio Medicina y Traumatología del Deporte. Clínica Centro. España. **Walter Frontera.** Universidad de Vanderbilt. Past President FIMS. Estados Unidos. **Pedro Guillén García.** Servicio Traumatología del Deporte. Clínica Centro. España. **Dusan Hamar.** Research Institute of Sports. Eslovaquia. **José A. Hernández Hermoso.** Servicio COT. Hospital Universitario Germans Trias i Pujol. España. **Pilar Hernández Sánchez.** Universidad Católica San Antonio. Murcia. España. **Markku Jarvinen.** Institute of Medical Technology and Medical School. University of Tampere. Finlandia. **Anna Jegier.** Medical University of Lodz. Polonia. **Peter Jenoure.** ARS Ortopédica, ARS Medica Clinic, Gravesano. Suiza. **José A. López Calbet.** Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. España. **Javier López Román.** Universidad Católica San Antonio. Murcia. España. **Alejandro Lucía Mulas.** Universidad Europea de Madrid. España. **Emilio Luengo Fernández.** Servicio de Cardiología. Hospital General de la Defensa. España. **Nicola Maffully.** Universidad de Salerno. Salerno (Italia). **Alejandro Martínez Rodríguez.** Universidad de Alicante. España. **Estrella Núñez Delicado.** Universidad Católica San Antonio. Murcia. España. **Sakari Orava.** Hospital Universitario. Universidad de Turku. Finlandia. **Eduardo Ortega Rincón.** Universidad de Extremadura. España. **Nieves Palacios Gil-Antuñano.** Centro de Medicina del Deporte. Consejo Superior de Deportes. España. **Antonio Pelliccia.** Institute of Sport Medicine and Science. Italia. **José Peña Amaro.** Facultad de Medicina y Enfermería. Universidad de Córdoba. España. **Fabio Pigozzi.** University of Rome Foro Italico, President FIMS. Italia. **Yannis Pitsiladis.** Centre of Sports Medicine. University of Brighton. Inglaterra. **Per Renström.** Stockholm Center for Sports Trauma Research, Karolinska Institutet. Suecia. **Juan Ribas Serna.** Universidad de Sevilla. España. **Peter H. Schober.** Medical University Graz. Austria. **Jordi Segura Noguera.** Laboratorio Antidopaje IMIM. Presidente Asociación Mundial de Científicos Antidopajes (WAADS). España. **Giulio Sergio Roi.** Education & Research Department Isokinetic Medical Group. Italia. **Luis Serratos Fernández.** Servicios Médicos Sanitas Real Madrid CF. Madrid. España. **Nicolás Terrados Cepeda.** Unidad Regional de Medicina Deportiva del Principado de Asturias. Universidad de Oviedo. España. **José Luis Terrores Blanco.** Director de la Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEP SAD). España. **Mario Zorzoli.** International Cycling Union. Suiza.



UCAM  
UNIVERSIDAD  
CATÓLICA DE MURCIA



AEP SAD  
AGENCIA ESPAÑOLA DE PROTECCIÓN  
DE LA SALUD EN EL DEPORTE

# Archivos

## de medicina del deporte

Volumen 38(1) - Núm 201. Enero - Febrero 2021 / January - February 2021

## Sumario / Summary

### Editorial

**COVID-19: una mirada al futuro**

**COVID-19: A look to the future**

Miguel del Valle ..... 5

### Originales / Original articles

**Efectos del ejercicio aeróbico en agua sobre el dolor percibido y la variabilidad cardiaca en mujeres con fibromialgia**

**Effects of water aerobic exercise on perceived pain and cardiac variability in women with fibromyalgia**

Matías M. Riquelme, Claudia A. Melipillán, Alexis A. Bacon, Oscar A. Niño-Méndez, Cristian A. Núñez-Espinosa ..... 8

**Comparison of performance-related responses to an endurance running training between untrained men and women**

**Comparación de respuestas relacionadas con el rendimiento a un entrenamiento de carrera de resistencia entre hombres y mujeres no entrenados**

Danilo Fernandes da Silva, Cecília Segabinazi Peserico, Fabiana Andrade Machado ..... 15

**Ferritin status impact on hepcidin response to endurance exercise in physically active women along different phases of the menstrual cycle**

**Impacto de las reservas de ferritina sobre la respuesta de la hepcidina al ejercicio de resistencia en las mujeres físicamente activas a lo largo de las diferentes fases del ciclo menstrual**

Víctor M. Alfaro Magallanes, Laura Barba Moreno, Ana B. Peinado ..... 22

**Deep-water running training at moderate intensity and high intensity improves pain, disability, and quality of life in patients with chronic low back pain: a randomized clinical trial**

**El entrenamiento de carrera de piscina profunda de intensidad moderada y alta intensidad mejora el dolor, la discapacidad y la calidad de vida en pacientes con dolor lumbar crónico: un ensayo clínico aleatorizado**

Ana C Kanitz, Bruna Machado, Denise Rodrigues, Guano Zambelli, André Ivaniski, Natália Carvalho, Thaís Reichert, Edmilson Pereira, Rochelle Rocha, Rodrigo Sudatti, Luiz F Martins ..... 28

**COVID-19 and home confinement: data on physical activity**

**COVID-19 y confinamiento en casa: datos de actividad física**

Javier Fernández-Rio, José A. Cecchini, Antonio Méndez-Giménez, Alejandro Carriedo ..... 36

**Comparison of intensity and post-effort response in three interval trainings in young tennis players: running interval, specific interval, and specific intermittent training**

**Comparación de la intensidad y la respuesta post-esfuerzo en tres entrenamientos interválicos en jóvenes tenistas: interválico de carrera, interválico específico e intermitente específico**

David Suárez-Rodríguez, Miguel del Valle ..... 41

### Revisiones / Reviews

**Timing óptimo en la suplementación con creatina para la mejora del rendimiento deportivo**

**Optimal timing in creatine supplementation to improve sports performance**

José Manuel Jurado-Castro, Ainoa Navarrete-Pérez, Antonio Ranchal-Sánchez, Fernando Mata Ordóñez ..... 48

**Efectos del ejercicio físico y el ayuno intermitente en la salud: una revisión sistemática**

**Effects of physical exercise and intermittent fasting for health: a Systematic review**

Jorge Salse-Batán, Brian Villar Pérez, Miguel A. Sánchez-Lastra, Carlos Ayán Pérez ..... 54

XVIII Congreso Internacional de la Sociedad Española de Medicina del Deporte ..... 62

Libros / Books ..... 64

Agenda / Agenda ..... 65

Normas de publicación / Guidelines for authors ..... 66