

Cien ejercicios de fuerza. Una guía para el ejercicio y el deporte

Breve obra, guía ilustrada, práctica y manejable. Presenta ejercicios para los grupos musculares principales: piernas, abdominales, espalda, pecho, brazos y hombros. A lo largo del libro, estructurado en doce capítulos, el autor identifica cómo y cuándo los deportistas de diferentes niveles de

puesta en forma deben hacer los ejercicios y cómo evitar lesiones. Se tratan además las bases del entrenamiento de fuerza, el equipamiento y accesorios, mostrándose ejercicios de potencia, de equilibrio y estabilidad, presentándose un diseño de programa y ejemplos de sesiones de entrenamiento.



Por: Ed Mcneely
 Edita: Editorial Tutor
 (Marqués de Urquijo 34,
 2º izda. 28008 Madrid Tel
 91-5599832
 Fax: 91-5410235
 E-mail:
 info@edicioneeditor.com
 Web:
 www.edicioneeditor.com
 Madrid, 2007
 208 páginas
 R.V.P.: 7,95 euros

Andalucía. Tierra Del Deporte. Congreso Internacional. Actas. Vol I y II

En septiembre del 2003 se celebró en Cádiz el I Congreso Internacional Andalucía Tierra del Deporte. Todo lo expuesto (ponencias, comunicaciones y mesas redondas) en dicho evento se ha recogido en dos magníficos textos. En el primero de ellos tras la presentación del Consejero de Turismo y Deporte de la Junta de Andalucía se presentan las se-

siones plenarios, estructurándose por áreas: El deporte desde la óptica del deportista; Poderes públicos y deporte; Deporte y medios de comunicación; y Deporte internacional: estructura y relaciones. En el segundo tomo aparecen: Deporte y enseñanza; Olimpismo y grandes eventos deportivos; Deporte y medio ambiente; y Protección de la salud del deportista.



Edita: Junta de Andalucía.
 Consejería de Turismo y Deporte
 Andalucía, 2003
 382 páginas (I)-907 páginas (II)

El servicio médico de un gran evento deportivo: XV Juegos Mediterráneos Almería 2005

En Junio del 2005 Andalucía acogió el mayor evento deportivo organizado en nuestro país desde las Olimpiadas de Barcelona 92: Los Juegos Mediterráneos. La parte relativa a la atención médica recayó en el Centro Andaluz de Medicina del Deporte, adscrito a la Secretaría General para el Deporte. Esta obra es una memoria general de la compleja organización sanitaria y constituye un referente esencial en el diseño del Servicio Médico de un gran evento deportivo, al recopilar

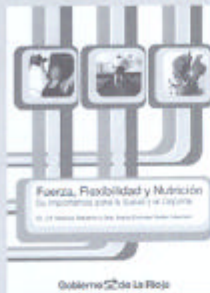
los aspectos más importantes relativos a las necesidades, estructura organizativa y gestión de resultados, todo lo cual forma parte de una estrategia mucho más ambiciosa como es la protección de la salud del deportista. Contiene igualmente documentación médica de utilidad como son la Guía Médica, Guía Farmacológica y documentación clínica elaborada, así como el análisis estadístico asistencial y los resultados de una encuesta sobre hábitos nutricionales realizada con motivo del evento deportivo.



Edita: Consejería de Turismo, Comercio y Deporte.- Junta de Andalucía
 Sevilla, 2007
 157 páginas

LIBROS

Coordinado por:
J.F. Marcos Becerro
y Dra. M^o Dolores
Rubio Leonart
Edita: Gobierno de la
Rioja.
Consejería de Edu-
cación,
Cultura y Deportes
La Rioja. 2006
374 páginas



Fuerza, Flexibilidad y Nutrición. Su importancia para la salud y el deporte

La definición de salud como ausencia de enfermedad ya pasó a la historia, hoy en día se entiende como un estado global de bienestar en el individuo. Así el deporte aparece como método de mejora de este bienestar a nivel físico, psíquico y social. A nivel físico podemos mejorar la capacidad cardiovascular, la fuerza y la resistencia muscular y articular, combatir la obesidad...; a nivel psicológico mejorará la autoestima, crea un aliciente,

un afán de superación; y a nivel social es un medio de interacción con los demás, una forma de relacionarse, de aprender a competir, a ganar y a perder.

Estructurado en 18 capítulos, abarca desde la influencia de la genética hasta la repercusión de los viajes en la salud y el rendimiento, no olvidando el apartado de entrenamiento de la fuerza, flexibilidad ni la nutrición, tanto en jóvenes, como mujeres, en la tercera edad o en niños

Editor: J. Paulino
Tevar- Rottapharm
Edita: Grupo Aula
Médica S.L.
(P^o Pintor Rosales
26.- 28008 Madrid
Tl: 91-5420955
Fax: 91-5595172
Web:
www.aulamédica.com
Madrid, 2006
738 páginas



Reumatología en Atención Primaria. 2ª Edición

El término "reumatismo" ha llevado mucho tiempo aparejado una confusión grande sobre su propio significado, ya que se aplicaba a todo cuadro doloroso osteoarticular. El médico debe tener la formación necesaria para discernir entre procesos más o menos banales –que son la mayoría- y los síndromes reumatológicos más complejos. Este libro busca ese objetivo. En esta nueva edición sus capítulos son prácticos y didácticos cubriendo todos los aspectos de la reumatología actual proporcionando al lector la posibilidad de adquirir los conocimientos suficientes para el

desarrollo de su tarea asistencial. Se presta especial atención a los procesos agudos, a las nuevas técnicas de estudio y tratamiento, cada vez más sofisticadas. A lo largo de sus 56 capítulos se habla de la enfermedad reumática, de su concepto, clasificación, epidemiología, exploración, analítica, métodos de diagnóstico por la imagen, atención primaria; de las distintas artritis (reumatoide, crónica juvenil, psoriásica, reactiva...); de artrosis, de osteoporosis, de artrosis, de fibromialgia, de analgésicos y tratamientos varios, terminando con un apartado dedicado a la balneoterapia.

Por: Eduardo
Alcivar A.
Edita: Fundación
Alcivar
P.O. Box 412.- Gua-
yaquil
Ecuador
E-mail:
dalcivar@telconet.net
Guayaquil
Ecuador, 2002
639 páginas



Algoritmo en el tratamiento del trauma ortopédico

Este libro, como su título indica, pretende ser una guía práctica para el tratamiento de las lesiones ortopédicas, desde el momento que se producen hasta su tratamiento definitivo. El libro consta de 4 secciones (Generalidades, Fracturas y luxaciones, Lesiones musculotendinosas, ligamentos y meniscos; y Lesiones y complicaciones traumáticas graves) y 68 capítulos de los cuales los relativos a fracturas repasan las de miembro superior, inferior, de columna vertebral, costillas y pelvis; lo mismo que en

los luxaciones se repasan las de miembro superior y las de inferior. La presentación del texto es lo más esquemática posible y va acompañada de un gran número de gráficos. El algoritmo es sin lugar a dudas una forma esquemática de presentar el resumen de todo el capítulo y una manera rápida de consultar sobre cualquier tipo de lesión y tratamiento.

Interesante obra tanto para el estudiante de medicina, como para residente general o de ortopedia, así como para el cirujano y ortopeda.