Sociedad Española de Medicina del Deporte

Sociedad Española de Medicina del Deporte

Junta de Gobierno
Presidente
Gonzalo María Correa González
Vicepresidente
Luis Franco Bonafonte
Secretario General
Francisco Javier Rubio Pérez
Tesorero
Javier Pérez Ansón
Vocales
Teresa Gaztañaga Aurrekoetxea
Mª Concepción Ruiz Gómez
Jesús Viosca Ros
Ex-Presidente
Pedro Manonelles Marqueta

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 (Print): 0212-8799

ISSN (Online): 2530-8971

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) 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
José Luis Terreros Blanco

Administración
Melissa Artajona Pérez

Adjunto a dirección
Ana Larma Vela

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. **Maria Cascais.** Presidenta de la Sociedade Portuguesa de Medicina Desportiva. Lisboa (Portugal). **Ana Cintrón-Rodríguez.** Puerto Rico. Departamento de Medicine Física y Rehabilitación VA Caribbean Healthcare System. San Juan. Puerto Rico. **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. España. **Walter Frontera.** Universidad de Vanderbilt. Past President FIMS. Estados Unidos. **Teresa Gaztañaga Aurrekoetxea.** Médico responsable nutrición y fisiología del esfuerzo. Hospital Quirón. San Sebastián. **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. **Anca Ionescu.** University of Medicine "Carol Davila". Bucarest. Rumanía. **Markku Jarvinen.** Institute of Medical Technology and Medical School. University of Tampere. Finlandia. **Anna Jegier.** Medical University of Lodz. Polonia. **Peter Jenoure.** ARS Ortopedica, 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.** Director de la Escuela de Cardiología de la Sociedad Española de Medicina del Deporte. 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. **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.** Presidente Asociación Mundial de Científicos Antidopajes (WAADS). España. **Giulio Sergio Roi.** Universidad de Bolonia. Italia. **Luis Serratosa Fernández.** Jefe del Servicio de Rehabilitación, Fisioterapia y Medicina del Deporte del Hospital Universitario Quirón Madrid. España. **Nicolás Terrados Cepeda.** Unidad Regional de Medicina Deportiva del Principado de Asturias. Universidad de Oviedo. España. **Rosa Ventura Alemany.** Directora del Laboratorio Antidopaje de Cataluña (IMIM). **Mario Zorzoli.** International Cycling Union. Suiza. **Petra Zupet.** IMS Institute for Medicine and Sports. Liubliana. Eslovenia.

Archivos
de medicina del deporte
Volumen 42(6) - Núm 230. Noviembre - Diciembre 2025 / *November - December 2025*

Sumario / Summary

Editorial

Liderazgo institucional, prescripción médica y seguridad: el nuevo horizonte de la medicina del deporte en España
Institutional leadership, medical prescription and safety: the new horizon of sports medicine in Spain
José Pallás Álvarez 293

Originales / Original articles

Optimal HIIT for aerobic, anaerobic, performance and metabolic responses: a systematic critical review and meta-analysis
HIIT óptimo para respuestas aeróbicas, anaeróbicas, de rendimiento y metabólicas: una revisión crítica sistemática y un metanálisis
Ashi Saif, Zainab Khan, Adila Parveen 296

Ejercicio físico durante el embarazo
Physical exercise during pregnancy
Raúl López Fernández, Adrián Guerra González 307

A descriptive study in pre-participation physical evaluation for admission applicants for a professional school of dance
Estudio descriptivo sobre el examen físico pre-participación de aspirantes a una escuela profesional de danza
Soledad Echegoyen, Cristina Rodríguez 314

Eventos epigenéticos asociados con el entrenamiento de fuerza
Epigenetic events associated with strength training
Edward F. Carrillo-Borda, Paola A. Caro-Hernández, Yecid Mina-Paz 319

Validation of a contact mat for assessing countermovement jump in young adults
Validación de una plataforma de contacto para evaluar el salto contramovimiento en jóvenes adultos
Leonardo Silveira Goulart Silva, Italo Santiago Alves Viana, Lorena Gonçalves de Oliveira, Philipe Gabriel Silva Melo, Cláudia Eliza Patrocínio de Oliveira, Osvaldo Costa Moreira 325

El talón vulnerable: explorando la relación entre estatinas y lesiones tendinosas
The vulnerable heel: exploring the relationship between statins and tendon injuries
Patricia Javaloyes Victoria, Mari Carmen Fraile Martinez, Maria V. Sotos Borrás, Antonio Más Más 331

Índices año 2025 335

Revisores 2025 345

Normas de publicación / Guidelines for authors 346