

FISIOLOGIA Y TEORIA DEL ENTENAMIENTO

	Autor:	Huter
	ISBN:	9788480196635
	Páginas:	328
	Año:	2004
	Edición:	0
	Idioma:	Castellano
	Disponible:	De 4 a 5 Días
Precio:	<u>25.00</u> 23.75	Iva no incluido

DESCRIPCION

En este manual se presentan los conceptos de fisiología que permiten entender las funciones del organismo, y de la teoría del entrenamiento que recoge de forma sistemática los principios y las reglas que permiten una adaptación efectiva del organismo a los estímulos del esfuerzo. También se explican las relaciones teóricas que tienen importancia para los procesos de entrenamiento así como las líneas fundamentales para realizar un entrenamiento con una finalidad concreta de las capacidades motoras básicas. Cada una de las disciplinas está desarrollada por especialistas de primer nivel. Las explicaciones se acompañan de numerosas ilustraciones que facilitan la comprensión.

Libro de referencia para entrenadores, deportistas y fisioterapeutas.

PARTE I: FISIOLOGÍA. Célula nerviosa: estructura, procesos básicos de la estimulación, conexiones en la red neuronal ? Fisiología muscular: músculos esqueléticos, cardíaco, liso ? Fisiología general y especial de los sentidos ? Sistema nervioso central: medula espinal, estructura y función del cerebro, sistema sensorial específico, motricidad, sistema nervioso vegetativo ? Sangre: composición, homeostasia fina, sistema inmunitario de la sangre, grupos sanguíneos ? Circulación sanguínea: ley de Ohm, ley de Hagen-Poiseuille, corazón, vías sanguíneas ? Respiración: ventilación, metabolismo gaseoso, aprovechamiento del oxígeno en la célula, regulación de la respiración ? Equilibrio ácido-base ? Metabolismo: sustancias nutritivas, absorción de las sustancias, control de la actividad del tracto gastrointestinal, procesos de combustión ? Regulación de la temperatura ? Equilibrio hídrico y función renal ? Hormonas: hipófisis, tiroides, glándulas suprarrenales, germinativas y paratiroides, islotes de Langerhans pancreáticos, hormonas de los tejidos ? Fisiología del rendimiento.

PARTE II: TEORÍA DEL ENTRENAMIENTO. Importancia y aplicación de la teoría del entrenamiento en fisioterapia ? Principios del entrenamiento: estímulo efectivo, esfuerzo progresivo, relación óptima entre esfuerzo y recuperación, esfuerzo continuado, orden de esfuerzo correcto ? Fundamentos teóricos especiales: obtención de la energía, tipos de fibras musculares, fundamentos de control del entrenamiento ? Resistencia: resistencia aeróbica general y local, efectos del entrenamiento ? Entrenamiento de la fuerza ? Coordinación ? Movilidad ? Calentamiento y enfriamiento ? Consejos básicos para estructurar y llevar a cabo un entrenamiento de rehabilitación.

LIBRERIA MEDICA BERRI 2025 ®

Dirección: Ald. Urquijo, 35 48010 Bilbao | Tlf.: 94 444 22 85 | Fax: 94 410 07 20 | libros@berri.es | www.berri.es