

26

26 Jornades de medicina de l'esport del Bages
20, 21 i 22 Nov. 2014

Manresa, Ateneu Les Bases

Carrer Cintaires (entre Balmes i Valentí Almirall) Tf. 935 153 031

www.jmebages.cat

Coordina:

Informació general:



Ajuntament de Manresa
Ajuntament de Manresa
mmartinez@ajmanresa.cat

CIMETIR
Centre integrat de medicina esportiva,
fisioteràpia i rehabilitació
Centre de medicina
de l'esport de Manresa
T. 93 872 49 31

010
www.ajmanresa.cat
ATENCIÓ
CIUTADANA
Informació d'allotjaments
i transports públics
T. 93 878 23 01

Hi col·laboren:



● **ATENEU LES BASES:** C/ Cintaires, 45 (GPS: 41.735074, 1.8301602)
○ **FUB:** Av. Universitària, 4-6
● **CIMETIR:** Clínica Sant Josep C/ Caputxins, 16

Ajuntament de Manresa

at
althaia

Generalitat de Catalunya

esportcat



Diploma

Es lliurarà diploma d'assistència amb les hores i els continguts realitzats

Sorteig

Durant les jornades, hi haurà un sorteig entre els assistents de:

- 1 samarreta del FC Barcelona signada per Neymar (gentilesa de Juanjo Brau)
- 2 xecs-productes de 150€ de MEDICAL EXPRESS
- Lot de productes POWERGYM
- Lot de productes ISOSTAR
- Lot de productes FISIOCREM
- Lot de productes 3M
- Lot de productes BIOIBÉRICA
- Ulleres RUDY PROJECT
- Entrades partit de Champions Handbol 22 Nov. FC Barcelona - SG Fleisburg

Inscripcions

Cal fer-les al web www.jmebages.cat

Es podran fer efectives tant amb targeta de crèdit o transferència bancària.

En cas de voler participar a més d'una opció de les Jornades cal realitzar una inscripció per a cada modalitat.

Només cal escollir un dels 6 tallers en cas d'haver seleccionat com a "Modalitat d'inscripció" una de les següents opcions: paquet especial per al 26è Aniversari [30,00€] o bé 1 Taller pràctic a escollir [20,00€]

NOTA IMPORTANT

A partir del dia 16 de novembre, qualsevol opció triada tindrà un increment de 10€, tot i això la inscripció també podrà fer-se en metàl·lic el mateix dia d'inici de les Jornades, si encara hi ha places lliures.

Places limitades a la capacitat de la sala i dels tallers pràctics

Quotes

Curs acreditat Suport Vital Bàsic i DEA (6 hores)	40€
Curs recertificació Suport Vital Bàsic i DEA (1,5 hores)	15€
Les conferències i taules rodones del 21 i 22 de novembre	20€
1 Taller pràctic a escollir entre les 6 opcions (de 15.00 a 17.00h)	20€
PAQUET ESPECIAL: 1 Taller + Totes les ponències + Taules rodones + Diploma acreditatiu i aperitiu de comiat	30€

TALLER 1: La formació i les sortides professionals dels futurs metges i físios de l'esport. El model català

TALLER 2: Stretching Global Actiu. Elasticitat & globalitat

TALLER 3: Els abdominals hipopressius. Nou paradigma en la salut, el fitness i el rendiment

TALLER 4: CoreXsystem. Un nou concepte d'entrenament

TALLER 5: L'acceleració en la recuperació. Tècniques d'Activació Muscular (MAT)

TALLER 6: Avantatges terapèutiques del treball aquàtic (Aquest taller començarà a les 15.00h per poder ajustar l'horari amb les necessitats de la piscina de l'Ateneu)

El tramitent de les dades consignades en el full d'inscripció n'autoritza la inclusió en un fitxer i el seu tractament per part dels organitzadors exclusivament als efectes de rebre informació sobre les seves activitats. Els titulars de les dades personals gaudeixen del dret d'accés, rectificació i cancel·lació de les dades que estableix la legislació vigent.

Per a qualsevol dubte us podeu adreçar a: mmartinez@ajmanresa.cat

Inscripcions

A través del web www.jmebages.cat

o del telèfon **93 878 23 00**

Ext: 12212
De dll. a dv. de 8.30 a 14.30 h

Comitè d'honor

Il·lm. Sr. Valentí Junyent i Torras Alcalde i regidor d'Esports de l'Ajuntament de Manresa
Sr. Ivan Tibau i Ragolta Secretari general de l'Esport de la Generalitat de Catalunya
Il·lm. Sr. Josep Salom i Ges Diputat de l'Àrea d'Esports de la Diputació de Barcelona
Sr. Manel Jovells i Cases Director general de la Fundació Althaia
Dr. Albert Estiarte i Duocastella Adjunt a la Direcció General de la Fundació Althaia

Comitè científic organitzador

Dra. Carme Comellas i Berenguer Metge especialista en medicina de l'esport	Sra. Sílvia Saura Villar Llicenciada en educació física
Dr. Josep M. Marcos i Bruguera Metge especialista en medicina interna	Sr. Agustí Serra Curtichs Llicenciat en educació física
Sr. Manel Martínez i Montes Llicenciat en educació física	Dr. Pere Solé i Pusó Metge especialista en rehabilitació
Sr. Josep Perramon i Puig Entrenador d'atletisme i esportista màster	Dr. Josep Tuneu i Valls Metge especialista en traumatologia
Dr. Joan Riera i Martí Metge especialista en medicina de l'esport	

Adreçades a:

Metges de l'esport, personal d'infermeria, fisioterapeutes, podòlegs, llicenciats i estudiants d'educació física i ciències de la salut, entrenadors i aficionats a l'esport en general.

Als entrenadors del programa Alt Rendiment Català (ARC), que podran gaudir d'inscripció gratuïta subvencionada pel programa si ho demanen a l'Oficina Tècnica del Programa ARC del CAR de Sant Cugat.
E-mail: oarc@car.edu

Als centres de medicina de l'esport acreditats que podran gaudir d'inscripció gratuïta en la seva inscripció si fan la reserva mitjançant l'Àrea de Medicina de l'Esport de la Secretaria General de l'Esport.
E-mail: ipoll@gencat.cat

Dijous 20

CURSOS

15.00 - 21.00	Curs de Suport Vital Bàsic i Desfibril·lació Automàtica (RCP+DEA) Certificat atorgat pel Consell Català de Ressuscitació (CRR)	6h	Sr. Àngel Olucha. Equip SEM Althaia	Ateneu Auditori
19.00 - 21.00	Curs de reciclatge* de Suport Vital Bàsic i DEA * Per a gent que hagi realitzat prèviament el curs complet de 6h	1,5h		

Divendres 21

TALLERS PRÀCTICS Excepte en el Taller 1, caldrà dur roba esportiva

15.30 - 17.30	T1. La formació i les sortides professionals dels futurs metges i físios de l'esport. El model català	Dr. Josep A. Gutiérrez Responsable dels centres de medicina de l'esport del Consell Català de l'Esport	Ateneu Auditori
15.30 - 17.30	T2. Stretching Global Actiu. Elasticitat & globalitat	Sra. Montserrat Pladevall Llicenciada en CAFE. Especialista en postura. Formadora de Stretching Gobl Actiu	Ateneu Aula 4
15.30 - 17.30	T3. Els abdominals hipopressius. Nou paradigma en la salut, el fitnes i el rendiment	Sr. Toni Riera National Màster Trainer en ciències de la motricitat. Investigador adjunt del Dr. Caufriez	Ateneu Ludot. 2
15.30 - 17.30	T4. CoreXsystem. Un nou concepte d'entrenament	Sr. Daniel Simone Professor d'E.F. Preparador físic Sports Medicine Barcelona. Recuperador d'en Dani Pedrosa	Ateneu Sala B
15.30 - 17.30	T5. L'acceleració en la recuperació. Tècniques d'Activació Muscular (MAT)	Sr. Daniel Martínez Llicenciat en CAFE, Màster MAT Specialist Resistance Institute Academy	Ateneu Ludot. 1
15.00 - 17.00 *	T6. Avantatges terapèutiques del treball aquàtic *Aquest taller començarà a les 15.00h per poder ajustar l'horari amb les necessitats de la piscina de l'Ateneu	Sra Laia Monné Fisioterapeuta del CN Sabadell . Professora a la Universitat Internacional de Catalunya (UIC)	Ateneu Piscina
17.30 - 18.00	Pausa cafè per als assistents als tallers		

PONÈNCIES BLOC I: FACTORS COADJUDANTS EN LA MILLORA DE L'ESPORTISTA

Modera: **Dr. Joan Riera**. Metge de l'Esport

18.00 - 18.30	P1: Test genètic i artrosi. Indicacions i pautes d'actuació	Dr. Josep Vergés Farmacòleg clínic. Director Pharmascience Division. Bioiberica Farma	Dr. Jordi Ardèvol Traumatòleg. Hospital Asepeyo, Clínica FIATC	Ateneu Auditori
18.30 - 19.15	P2: Ergogènia nutricional. Últimes tendències, modes i realitats		Sra. Mireia Porta Nutricionista i tecnòloga alimentària. Professora a la UAB	Ateneu Auditori
19.15 - 20.00	P3: La vessant psicològica del fisioterapeuta en les diferents fases de la lesió de l'esportista		Sr. Juanjo Brau Responsable del Servei de Recuperació Funcional i Fisioteràpia del FC Barcelona	Ateneu Auditori
20.00-20.30	TR1. Taula rodona amb els ponents i la participació del pilot manresà Toni Elias			

Dissabte 22

PONÈNCIES BLOC II: SALUT I RENDIMENT

Modera: **Dra. Carme Comellas**. Metgessa de l'esport del CIMETIR. Althaia

10.00 - 11.00	P4: El passaport biològic. Punt i a part en la lluita contra el dopatge	Dr. Jordi Segura Director del Laboratori Antidopatge de l'IMIM-Hospital del Mar de Barcelona	Ateneu Auditori
11.00 - 12.00	P5: El son en condicions extremes a l'esport. Runners i navegants	Dr. Eduard Estivill i Dra. Carla Estivill Domènech Director i responsable d'investigació de la Clínica del Son Estivill i Fundació Estivill-Sueño	
12.00-12.15	Pausa		
12.15 - 13.30	TAULA RODONA: El secret de l'esportista d'elit. Cap o múscul?	Dr. J.A Gutiérrez (moderador) Responsable dels centres de medicina de l'esport del Consell Català de l'Esport Sr. Nicola Karabatic Jugador d'handbol del FCB. Campió olímpic a Beijing 2008 amb la selecció de França Sr. Carles Puyol Exjugador del 1r equip i adjunt a la direcció esportiva del FC Barcelona Sr. Juanjo Brau Responsable del Servei de Recuperació Funcional i Fisioteràpia del FC Barcelona Dr. Eduard Estivill Director de la Clínica del Son Estivill i Fundació Estivill-Sueño Dr. Jordi Segura Director del Laboratori Antidopatge de l'IMIM-Hospital del Mar de Barcelona	Ateneu Auditori
13.30	Cloenda		
13.40 - 14.00	Aperitiu de comiat		