

UIMP

Universidad Internacional
Menéndez Pelayo



Facultad de
Ciencias de la Salud
y del Deporte - Huesca
Universidad Zaragoza

21-3-2024

Facultad de
Ciencias de
la Salud y
del Deporte
(Huesca)



Acceso matrícula

Deporte garantía de salud en la mujer

9:00-9:45 **Nuria Garatachea**. Profesora Titular. Universidad de Zaragoza.

"¿La mujer queda excluida en las ciencias del deporte?"

9:45 -10:30 **Francesca Ancarani**. Psicóloga del deporte. Asociación aragonesa de psicología del deporte.

"Estrategias psicológicas para la conciliación de la actividad académica de las deportistas."

10:30-11:15 **Cristina Comeras**. Investigadora Grupo GENUD. Universidad de Zaragoza.

"Hipopresivos y restricción de flujo sanguíneo como estrategias de entrenamiento para problemas de suelo pélvico y sarcopenia en mujeres "

11:45-12:30 **Hugo Olmedillas**. Profesor CD. Universidad de Oviedo.

"Group Pain: ¿es el sexo un factor determinante?"

12:30-13:15 **Luis Alegre**. Catedrático. Universidad de Castilla la Mancha.

"Mujeres fuertes: Evolución de la potencia muscular y del complejo músculo-tendón a lo largo del ciclo vital."

13:15-15:30 Descanso para comida

15:30-16:00 **Julio Calleja**. Catedrático. Universidad del País Vasco.

"Estrategias de "recovery" en mujeres deportistas"

16:00-16:45 **Amelia Guadalupe**. Profesora Titular. Universidad de Castilla la Mancha.

"Ejercicio de alta intensidad en la mujer a lo largo del ciclo vital para el rendimiento y la salud."

16:45-17:30 **Pedro Alcaraz**. Catedrático. Universidad Católica de Murcia.

"Entrenamiento de fuerza máxima en mujeres post menopáusicas: una herramienta muy útil para evitar la sarcopenia."

17:30-18:15 **Ignacio Ara**. Catedrático. Universidad de Castilla la Mancha.

"Mujeres y ciencia en el ámbito de la Actividad física y la Salud - Versión 2.0"

0,5
ECTS



Universidad
Zaragoza



IEA

DIPUTACIÓN
DE HUESCA



GOBIERNO
DE ARAGON

Coordina: Germán Vicente-Rodríguez. Universidad de Zaragoza