

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	13
APOYO SANITARIO EN OPERACIONES ESPECIALES	17
Introducción	17
Antecedentes	18
El apoyo sanitario en operaciones en España	24
LAS UNIDADES DE OPERACIONES ESPECIALES	30
Potenciación de las unidades de operaciones especiales	30
Las unidades de operaciones especiales de los países de nuestro entorno	32
Las unidades de operaciones especiales en España	34
El Mando Conjunto de Operaciones Especiales	35
Presente y futuro de la aportación de las unidades de operaciones especiales en la lucha contra el terrorismo	35
El apoyo sanitario en las unidades de operaciones especiales	37
Bibliografía	40
FORMACIÓN SANITARIA PRÁCTICA EN ENTORNOS HOSTILES: ASISTENCIA SANITARIA EN INCIDENTES CON TIRADOR ACTIVO	43
Antecedentes históricos y situación actual	43
Comprender la amenaza: el perfil del tirador activo	45
El consenso Hartford	47
Concepto fundamental	48
La formación como herramienta clave	52
Desarrollo de políticas para alcanzar los objetivos planteados	53
Creación de capacidades de equipo	57
Características de la respuesta integral a este tipo de incidentes ..	59
Características de la asistencia sanitaria en incidentes con tirador activo	61
Conclusiones	67
Bibliografía	68
SIMULACRO DE ATENTADO TERRORISTA CON TIRADOR ACTIVO	71
Introducción	71
Secuencia del simulacro de incidente con tirador activo	71
Conclusiones	77

PREVENCIÓN Y RECUPERACIÓN EN EL ENTRENAMIENTO PARA AMBIENTES EXTREMOS	79
Entrenamiento de fuerza	83
Propiocepción	85
Composición corporal	86
Estiramientos	86
Hidratación	86
Otras técnicas de prevención	87
Bibliografía	88
PROBLEMAS DE SALUD EN ENTRENAMIENTO PARA AMBIENTES EXTREMOS: SOBREPESO Y OBESIDAD	93
Introducción	93
El exceso de peso como problema crónico	99
Estimación de la composición corporal (figuras 4.11. al 4.14)	106
Prevención y tratamiento	108
Modelo de programa de prevención y tratamiento del sobrepeso y la obesidad para deportistas de acción	109
Bibliografía	111
RESPUESTA PSICOFISIOLÓGICA DE LOS SALTOS TÁCTICOS PARACAIDISTAS	117
Introducción	117
Aproximación a la respuesta psicofisiológica de los saltos de alta cota HALO y HAHO	119
Bibliografía	123
ENTRENAMIENTO DE PILOTOS DE COMBATE	127
¿Qué hace un piloto de reactores y en qué ambiente desarrolla su actividad?	127
¿Pueden minimizarse esos riesgos?	128
Entrenamiento de los pilotos de caza	128
ADAPTACIÓN PULMONAR AL BUCEO CON EQUIPOS DE AIRE COMPRIMIDO (ESTUDIO EXPERIMENTAL REALIZADO EN EL CENTRO DE BUCEO DE LA ARMADA)	137
Introducción	137
Material y método	138
Análisis estadístico	139
Resultados	140
Discusión	141
Conclusiones	143
Bibliografía	143

INNOVACIONES TECNOLÓGICAS EN ENTRENAMIENTO PARA AMBIENTES EXTREMOS: ANÁLISIS EN TIEMPO REAL DEL ESTRÉS DEL COMBATIENTE (ATREC)	145
Introducción	145
Estrés en el mundo militar y de la seguridad	146
Objetivos ATREC	147
Materiales y métodos	148
Conclusiones	152
Bibliografía	153
APLICACIONES DEL ENTRENAMIENTO INTERVÁLICO AERÓBICO DE ALTA INTENSIDAD (HIIT) EN EL ÁMBITO MILITAR . .	155
Bases fisiológicas del HIIT	155
Aspectos metodológicos del HIIT	157
Intensidad	157
Duración.	158
Número de intervalos	159
Número de series	159
Aplicabilidad en el ámbito militar del HIIT	160
COMUNICACIONES EN FORMATO DE PÓSTER	161
EFFECTOS DE LA HIPOXIA EN LA CAPACIDAD DE RAZONAMIENTO DE UN GRUPO DE MONTAÑEROS EXPUESTOS A ALTITUDES EXTREMAS SIN UTILIZACIÓN DE OXÍGENO SUPLEMENTARIO	164
Premio a la mejor comunicación en formato poster del iii simposio sobre entrenamiento para ambientes extremos (Universidad Europea de Madrid. Junio 2016)	164
Introducción	164
Método	165
Resultados y conclusiones	166
Bibliografía	168
CUANTIFICACIÓN ELECTROENCEFALOGRÁFICA EN SIMULACIÓN DE CONDUCCIÓN DE CARRO DE COMBATE.	172
Introducción	172
Material y métodos	173
Señales EEG	174
Resultados	176
Discusión y conclusiones	177
Bibliografía	177

RESPUESTA FISIOLÓGICA DE UNA UNIDAD PARACAIDISTA EN COMBATE URBANO. <i>PHYSIOLOGICAL RESPONSE OF A PARATROOPER UNIT IN URBAN COMBAT.</i>	180
Resumen	180
Material y métodos	180
Conclusiones	181
EL ESTRÉS DE COMBATE DISMINUYE LOS NIVELES DE ATENCIÓN Y MEMORIA DE LOS SOLDADOS DURANTE EL COMBATE	184
Introducción	184
Objetivo	184
Material y método	184
Resultados	184
Discusión	184
Bibliografía	185
EL ESTRÉS DE COMBATE PROVOCA LA ACTIVACIÓN DEL SISTEMA LUCHA-HUIDA DE LOS SOLDADOS EN COMBATE	188
Introducción	188
Objetivo	188
Material y método	188
Resultados	188
Discusión	188
Conclusión	189
Bibliografía	189
FATIGA FÍSICA Y TOMA DE DECISIONES EN ÁRBITROS SEMI-PROFESIONALES DE FÚTBOL	192
Resumen	192
Resultados	194
Discusión	195
Bibliografía	196
ANÁLISIS DE LA ANTICIPACIÓN ESPACIO-TEMPORAL EN ÁRBITROS DE FÚTBOL	198
Resumen	198
EVALUACIÓN PSICOLÓGICA COMPUTERIZADA DE LA ATENCIÓN SOSTENIDA EN ÁRBITROS DE FÚTBOL	200
Objetivo	200
Resultados	200
Discusión y conclusiones	200
Bibliografía	201

ANÁLISIS DE LA RESPUESTA CARDIACA ANTE ESTRESORES PSICOLÓGICOS EN TAREAS DE SIMULACIÓN: ESTUDIO DE UN CASO	204
Introducción	204
Objetivo	204
Material y métodos	204
Resultados	204
Discusión	204
Conclusiones	205
Bibliografía	205
EVALUACIÓN DE LA FUERZA Y LA PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE ESFUERZO DE UNA ATLETA PARALÍMPICA EN UNA PRUEBA DE ULTRARRESISTENCIA DE MONTAÑA	208
Introducción	208
Objetivos	208
Material y métodos	208
Resultados	208
Discusión	208
Conclusión	209
Bibliografía	209
RESPUESTA CARDIACA Y DISTANCIA RECORRIDA EN ÁRBITROS DE FÚTBOL	212
Introducción	212
Métodos	212
Resultados	212
Conclusión	212
Bibliografía	213
ANÁLISIS DE LA ANTICIPACIÓN ESPACIO-TEMPORAL EN ÁRBITROS DE FÚTBOL	216
Resumen	216
RESPUESTAS PSICOFISIOLÓGICAS EN MILITARES DE ÉLITE CONTRA NO ÉLITE	218
Introducción	218
Objetivo	218
Resultados	218
Discusión	219
Conclusiones	219
Bibliografía	219

PERCEPCIÓN DE VIOLENCIA Y AGRESIÓN EN EL RECREO ESCOLAR DE ALUMNOS DE 5.º Y 6.º DE PRIMARIA	222
Introducción	222
Objetivo	222
Material y métodos	222
Resultados	222
Discusión	222
Conclusiones	223
Bibliografía	223
ANÁLISIS DEL TIEMPO DE REACCIÓN Y DEL TIEMPO DE MOVIMIENTO EN ÁRBITROS DE FÚTBOL	226
Resumen	226
Bibliografía	227
Introducción	230
Objetivo	230
Metodología	230
Resultados	231
Conclusiones	231
Bibliografía	231
ESTUDIO DEL SEDENTARISMO Y SUS CONSECUENCIAS EN LOS CADETES DEL EJÉRCITO DE TIERRA.	234
Agradecimientos: este proyecto fue financiado por el CUD de Zaragoza (2013-06 y 2014-06). Los autores desean dar las gracias a todos los participantes y al Departamento de Formación Física de la AGM, cuya colaboración hizo posible este estudio.	234
Introducción	234
Objetivo	234
Material y métodos	234
Conclusión	235
Bibliografía	235
COMPARATIVA DE LAS RESPUESTAS VENTILATORIAS, FRECUENCIA CARDIACA Y LACTATO EN SANGRE A UNA INTENSIDAD DE UMBRAL LÁCTICO EN MEDIA SENTADILLA CONTRA CICLOERGÓMETRO	238
Introducción	238
Objetivo	238
Metodología	238
Resultados	239
Conclusión	239
Bibliografía	239

CAMBIOS EN LA TEMPERATURA DE LA PIEL PRODUCIDOS POR UN TEST DE CONSUMO DE OXÍGENO MÁXIMO DE CARRERA.	242
Introducción	242
Objetivo	242
Material y métodos	242
Resultados	242
Discusión	243
Conclusiones	243
Bibliografía	243
A T R E C: ANÁLISIS EN TIEMPO REAL DEL ESTRÉS DEL COMBATIENTE	246
Resumen	248
Objetivos	248
Metodología	249
Resultados	249
Discusión y conclusiones	249
Bibliografía	251