

**La Universidad
de California,
en Los Angeles,
dispone
de un
Laboratorio
de Actividades
Fisicas
destinado
a encauzar de
forma
cientifica
la preparaci3n
deportiva
de los
futuros atletas.**



LABORATORIO PARA ATLETAS



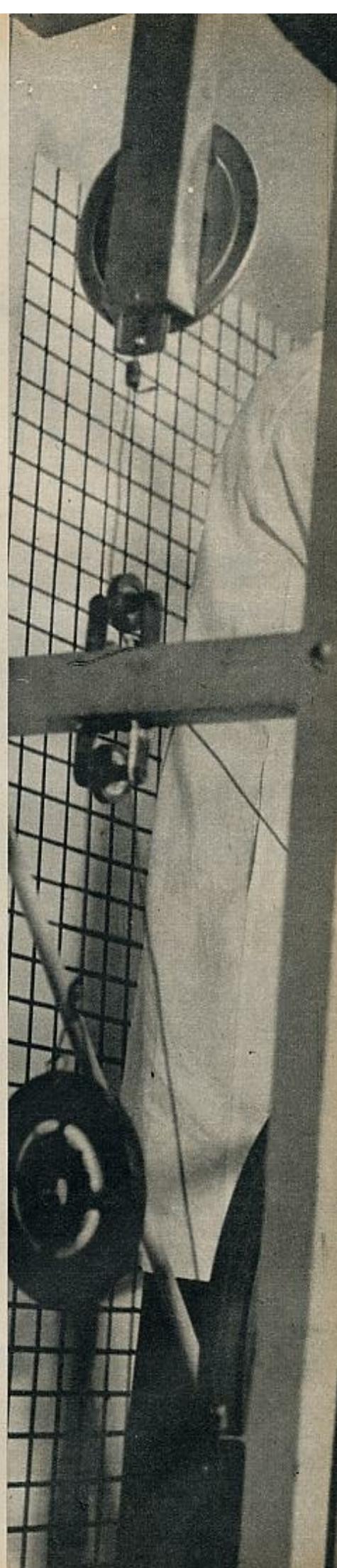
**UN TEST
CIENTIFICO
PARA
SUPRIMIR
EL
ESFUERZO
INNECESARIO**

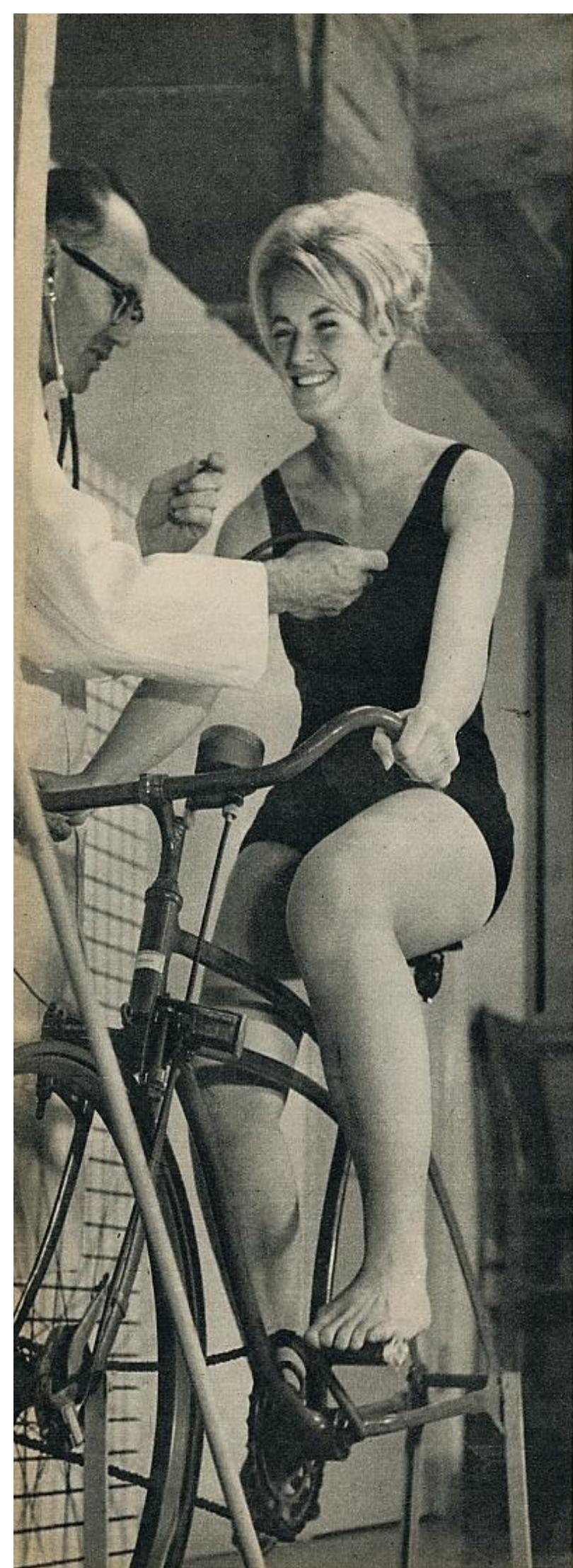
SIEMPRE se ha considerado que atleta era aquella persona capaz de desarrollar cualquier deporte con el mínimo esfuerzo y la máxima perfección. Sin embargo, se ha llegado a demostrar —al menos, así lo garantiza el doctor Laurence Morehouse, director del Laboratorio de Actividades Físicas de la Universidad de California

SIGUE

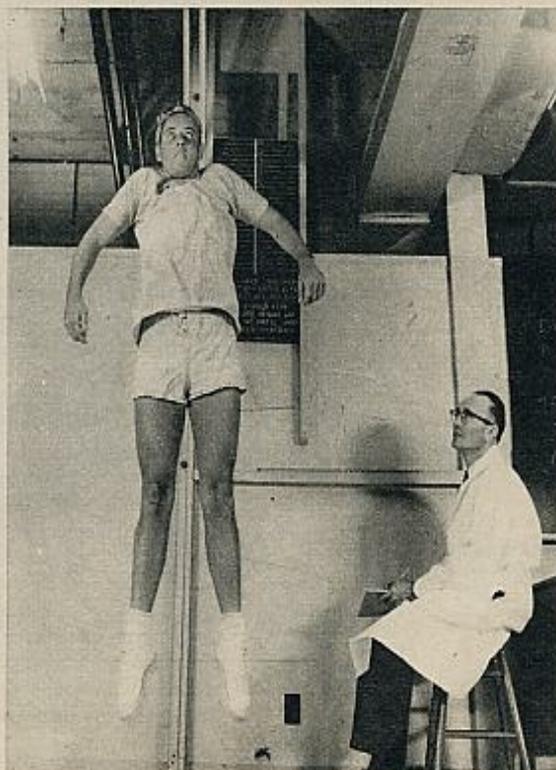


LABORATORIO PARA ATLETAS



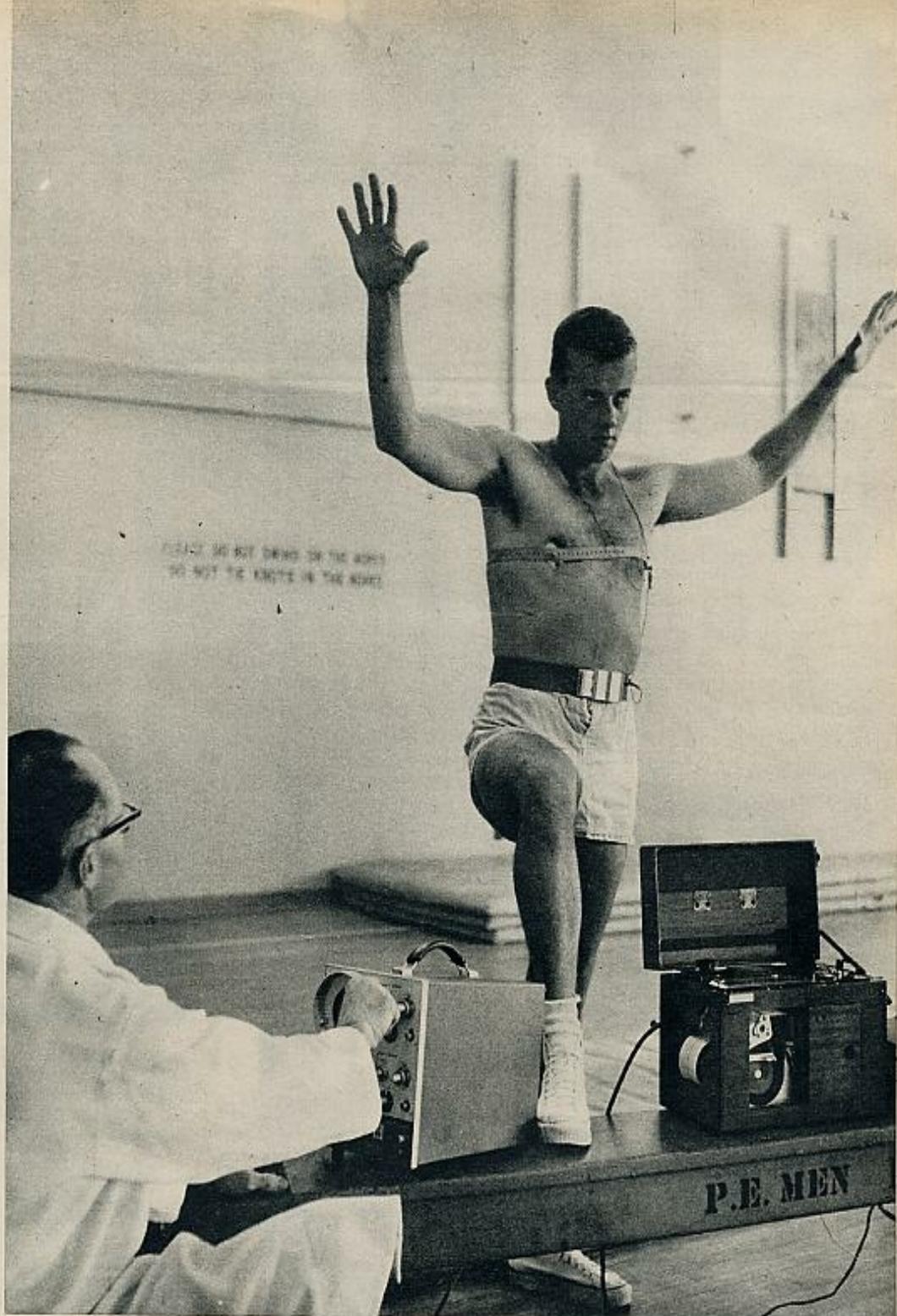


Un equipo de científicos estudia el comportamiento de alumnos voluntarios, anotando los grados de fatiga y eficacia. Se tiene especialmente en cuenta el consumo de oxígeno, el ritmo del corazón y sus alteraciones, así como la presión de la sangre, a fin de llegar a un mejor conocimiento de la energía física en el deporte.



LABORATORIO PARA ATLETAS

El cuerpo humano se adapta a una determinada vía neurológica a través del entrenamiento para un deporte; a medida que esta vía se constituye se requiere menos energía para practicar dicho deporte. A partir de estas teorías, los científicos realizan comprobaciones exhaustivas para conocer el funcionamiento exacto del esfuerzo muscular y la manera de alcanzar el máximo rendimiento.



en Los Angeles— que la forma y fuerza físicas son consecuencias de la organización neurológica. Según esta teoría, el cuerpo humano se adapta a una determinada vía neurológica a través del entrenamiento para un deporte. A medida que esta vía se constituye, se requiere menos energía para practicar dicho deporte. El cambio a otro implica que el atleta ha de gastar una energía extra, hasta que se constituye una nueva vía neurológica. A partir de esta teoría se llevan a cabo en el citado Laboratorio de Actividades Físicas pruebas exhaustivas para conocer con precisión el funcionamiento exacto del esfuerzo muscular y cuál es la manera de alcanzar el máximo rendimiento. Un equipo de científicos estudia el comportamiento de alumnos voluntarios, anotando los grados de fatiga y eficacia. Se tiene especialmente en cuenta el consu-

mo de oxígeno, el ritmo del corazón y sus alteraciones, así como la presión de la sangre, a fin de llegar a un mejor conocimiento de la energía física y sus posibilidades. Se ha logrado demostrar que algunos ejercicios que se realizan antes de la competición para calentar los músculos, contribuyen más a entumecerlos que a dotarlos de agilidad, así como que un atleta en forma, al practicar otro deporte con el que no está familiarizado, perderá el ritmo de la respiración, empezará a jadear pronto y tendrá que friccionarse los músculos doloridos.

El objetivo de los estudios llevados a cabo en este Laboratorio es mejorar la actividad atlética y eliminar los peligros del participante, suprimiendo toda clase de esfuerzo innecesario.

(Fotos CAMERA PRESS-ZARDOYA)

