

Estudio de la hipoxia inducida por el ejercicio

Propósito del estudio:

Es bien sabido que alrededor del 60% de los atletas de resistencia exhiben una particularidad fisiológica llamada "hipoxemia inducida por el ejercicio". Durante el ejercicio a nivel del mar, los atletas hipoxémicos tienen una disminución en la saturación de oxígeno mientras que los no hipoxémicos mantienen su nivel de saturación. Por otro lado, la altitud también reduce la saturación de oxígeno y conduce a muchas adaptaciones. El propósito de este estudio es evaluar la aclimatación a la exposición hipóxica crónica (2400m) en ambas poblaciones de atletas, hipoxémica y no hipoxémica.

Requisitos:

Edad: 20-40 años

Entreno: >10 horas de entrenamiento por semana desde al menos 5 años.

Disciplina: triatleta, duatleta o ciclista.

Limitación importante: los sujetos no deben estar aclimatados a la altura (no haber permanecido a más de 700 metros en los últimos 3 meses).

Fecha de estudio:

* Grupo 1: 31/03 en Barcelona

Del 02/04 al 07/04: Andorra

* Grupo 2: 01/04 en Barcelona

Del 03/04 al 08/04: Andorra



Cronograma:

- Día 1: prueba de esfuerzo máximo y examen clínico (Can Ruti Barcelona)
- Día 2: día de descanso a nivel del mar / día libre (Barcelona)
- Día 3: mañana libre a nivel del mar / viaje al hotel Pic Maia (Pas de la Casa)
- Día 4: igual que el día uno pero en altitud (Pas de la casa)
- Día 5: día / actividades de entrenamiento
- Día 6: día / actividades de entrenamiento
- Día 7: día / actividades de entrenamiento
- Día 8: lo mismo que el día 4 + regreso
- Día 9: regreso para aquellos que no pueden irse a casa el día 8

Condiciones:

Todos los costos, el alojamiento, las comidas y el transporte son pagados por nuestro laboratorio, por lo que este proyecto es gratuito para los atletas.

Responsable:

Antoine Raberin, Doctorant

Université Perpignan Via Domitia, Laboratoire Européen Performance Santé Altitude EA 4604

STAPS de Font Romeu, 7 Avenue Pierre de Coubertin, 66120 Font Romeu Odeillo Via

Tel : 06 82 17 38 00

Mail : antoine.raberin@gmail.com