



---

**UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR**  
**DIRECCIÓN DE COMUNICACIÓN Y CULTURA**  
**BOLETÍN DE PRENSA N° 515**  
**28 de noviembre de 2018**

## **Congreso de actividad física y deporte se realizó en la UCE**

Los estudiantes de la Maestría en Entrenamiento Deportivo de la Facultad de Cultura Física realizaron el Primer Congreso Internacional de la Actividad Física y el Deporte en donde participaron conferencistas de Ecuador, Colombia, Venezuela y Cuba para compartir experiencias sobre la formación deportiva y alto rendimiento.

En entrevista para Radio Universitaria, el Coordinador de la Maestría, Geovanny Capote, comentó que el Congreso se desarrolló simultáneamente en dos salas, la primera abordó la ciencia con temas como la psicología y la medicina deportiva, y en la segunda se dialogó sobre deportes como el fútbol, el vóley y el básquet.

El estudiante de la Maestría y parte del equipo de organizadores del Congreso, Michael Quijano, indicó que este tipo de eventos permite al profesional resaltar la importancia de la ciencia en el deporte, por ejemplo, para explotar al máximo la habilidad de una persona, su entrenador debe llevar a cabo una serie de acciones planificadas que den como resultado un alto rendimiento en una competencia, pero el trabajo de un profesional en cultura física no termina ahí, el deportista debe iniciar un proceso de desentrenamiento que garantice su salud. Sin estos procedimientos el deportista puede llegar a tener problemas del corazón.

Quijano se refirió al proceso de entrenamiento que, en niños menores de 12 años debe ser trabajado de manera global mediante el desarrollo de motricidades básicas como correr, saltar o lanzar, de este análisis se podrá conocer la cualidad del niño e iniciar un proceso que garantice el método más eficaz de enseñanza y se evitará el estrés que en deportistas puede llegar a ser un obstáculo para cumplir sus objetivos.

El Congreso se desarrolló del 19 al 23 de noviembre y esperan continuar con la realización de este evento en los próximos años. **AC**

