

22 Jornades de medicina de  
l'esport del Bages

# LA LINIA ENTRE L'ESPORT I EL LIMIT HUMÀ

# 22 Jornades de medicina de l'esport del Bages

El límit humà:  
La salut present i futura



*Los ejercicios gimnásticos sobre el suelo tienen el índice más elevado de lesiones traumáticas en todos los deportes practicados por las chicas. revista Pediatrics del mes de Abril de 2008*

# 22 Jornades de medicina de l'esport del Bages

El límit humà:

La salut present i futura

1. Estudis que demostren un augment de la longevitat per la pràctica de l'esport:



# 22 Jornades de medicina de l'esport del Bages

El límit humà:

La salut present i futura

## 2. Estudis que demostren els perills de l'esport d'elit



Gerrie Knetteman 1951-2004



Stefano Borgonovo

# 22 Jornades de medicina de l'esport del Bages

El límit humà:

Les qualitats fisiològiques

1 La resistència:

1.1 A l'esforç

1.2 A les condicions adverses

1.3 A l'entorn



# 22 Jornades de medicina de l'esport del Bages

El límit humà:

Les qualitats fisiològiques

2 La velocitat:



# 22 Jornades de medicina de l'esport del Bages

El límit humà:

Les qualitats fisiològiques

## 3. La força

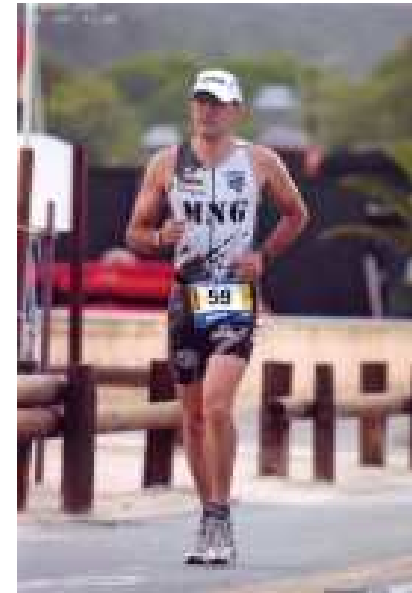


# 22 Jornades de medicina de l'esport del Bages

El límit humà:

Les qualitats psicològiques

La capacitat de superació i el sacrifici



38 km nedant + 1800 en bici + 420 corrent



# 22 Jornades de medicina de l'esport del Bages

I AIXÒ A QUI L'IMPORTA ?

CERCAREM NOUS REPTES EN ALTRES MONS ?

SIGNIFICA UN AVANÇ TECNOLÒGIC ?

MILLORARÀ LES PERSPECTIVES DE LA SALUT DE LA POBLACIÓ GENERAL ?

SON ELS SUPERHEROIS REALS ?

HAN DE SER EL MIRALL DEL NOSTRE JOVENT ?

