

# REVISTA

DICIEMBRE 2024

DEL CÍRCULO DE GESTORES DEPORTIVOS DE MADRID

14



MX4 ACTIVE SMALL GROUP TRAINING

# EJERCICIO PARA TODAS LAS EDADES Y ETAPAS

Solo MX4 Active combina el equipo exclusivo de Matrix con un programa original para que las personas mayores y con una mala condición física se muevan de una forma que se adapte a sus capacidades. Todos los participantes descubrirán una experiencia de entrenamiento de confianza que les permitirá alcanzar resultados reales para ellos y con una fiabilidad duradera para usted.

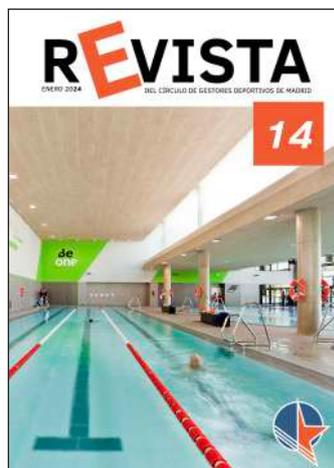
MÁS INFORMACIÓN EN [MATRIXFITNESS.ES](https://matrixfitness.es)



**MATRIX**

Número 14  
Diciembre 2024

# Sumario



## REVISTA 14

Desde el Círculo de Gestores Deportivos de Madrid estamos muy orgullosos de poder incorporar a la tradicional participación y presencia de nuestra asociación en la revista Deporcam, esta nueva revista digital de la que aquí os presentamos el cuarto número.

**MILAGROS DÍAZ**  
**PRESIDENTA**



06

**TRANSFORMACIÓN DIGITAL EFICAZ EN LA GESTIÓN DEPORTIVA**



14

**CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN EN SUPERFICIES DEPORTIVAS**



08

**LA IMPORTANCIA (Y LA DIFICULTAD) DE REALIZAR UN CÁLCULO ADECUADO DEL PRESUPUESTO BASE DE LICITACIÓN EN LOS CONTRATOS DE SERVICIOS DEPORTIVOS**



18

**CUIDANDO EL SUELO PÉLVICO EN EL EMBARAZO Y POST PARTO**



12

**MAPA DE LA OBESIDAD EN ESPAÑA, Y LA PREOCUPANTE SITUACIÓN ACTUAL**



20

**ACTIVIDADES DEL CÍRCULO DE GESTORES**

## Palabras Revista del Círculo

**C**erramos otro ciclo anual en el que hemos podido desarrollar distintas acciones dirigidas a seguir avanzando en el conocimiento de todo aquello que aporta a la gestión deportiva nuevas herramientas que nos ayuden a la mejora continua y a ser más eficientes.

Es momento de agradecer a todas las empresas e instituciones que con su ayuda permiten que el Círculo de Gestores Deportivos pueda generar jornadas, eventos, visitas técnicas y todo lo que nos permita conseguir nuestro objetivo de potenciar la gestión deportiva y establecer alianzas clave para ello.

También me quiero dirigir a todos nuestros socios para invitarles a una participación más activa porque soy muy consciente del valor que podéis aportar tantas personas con tanta formación y experiencia que no deberíamos perdernos.

Este año 2023 hemos compartido diversas jornadas: Congreso de Deporte Municipal, Presentación y análisis del estudio del Perfil del Gestor Deportivo en nuestra comunidad, hemos podido analizar las distintas propuestas de los partidos políticos en la mesa que celebramos en mayo, ver las últimas tendencias en vestuarios deportivos con SQ Mobiliario y hace unos días, la interesante jornada en La Liga sobre las nuevas formas de comunicación que nos ofrecen las nuevas tecnologías aplicadas al mundo deportivo.

Lamentar que la revista Deporcamp deje de editarse, algo que supone perder un medio que ha dado al Círculo de Gestores Deportivos un visibilidad imprescindible y muy valiosa durante todos estos años y por eso desde aquí debemos recordar y agradecer a las personas que la pergeñaron y desarrollaron durante todo este tiempo, en especial a Manuel Zambrana desde siempre y para siempre y a Nacho Zambrana por continuar haciéndolo posible hasta este momento, en cualquier caso ahí estará siempre como testimonio de un prestigio y de unos grandísimos profesionales del mundo de la gestión que han podido compartir su conocimiento con todo nuestro sector a través de ella.

Y estando en estas fechas solo me queda:

¡¡Feliz Navidad y Feliz y compartido año 2024!!

**D<sup>a</sup>. Milagros Díaz Díaz**

*Presidenta Círculo de Gestores Deportivos*

## Editorial

**Círculo de Gestores Deportivos de Madrid**

[www.circulodegestores.com](http://www.circulodegestores.com)

[info@circulodegestores.com](mailto:info@circulodegestores.com)

**f** [www.facebook.com/CirculoGestores](https://www.facebook.com/CirculoGestores)

**t** [@CirculoGestores](https://twitter.com/CirculoGestores)

## Redacción

Eva Gómez

## Colaboradores

Andrés Mir Bel

Yago Monteoliva Rodríguez

Leonor Gallardo

Sergio García Ortega

Mariela Villar Heidelberger

## Diseño y realización

**Valgo**

+(34) 91 579 99 26

[valgo@valgo.es](mailto:valgo@valgo.es)

[www.valgo.es](http://www.valgo.es)

## CÍRCULO DE GESTORES DEPORTIVOS

**Presidenta** D<sup>a</sup>. Milagros Díaz Díaz

**Vicepresidente** D. Benito Pérez González

**Secretario** D. Carlos Delgado Lacoba

**Tesorero** D. Manuel Gutiérrez Landaluce

### Vocales

D. Antonio Montalvo del Amo

D. Lucas Eduardo Peñas Gómez

D. Rafael Gutiérrez Guisado

D. Nicolás de la Plata.

D. José Antonio Sevilla Torrecilla.

D. Fernando Andrés Pérez.

D. Alberto Álvarez

D. Ricardo de las Heras Baraja

D<sup>a</sup> Rosa de Tapia

D. Manel Valcarce Torrente

D. Pablo Sánchez Buján

La revista no se hace responsable necesariamente de las opiniones expresadas por sus colaboradores.

# ¡En Marcha! Nos movemos para tí

## PREPARADOS...

para una vuelta segura

- DESINFECCIÓN CON HIPOCLORITO Y OZONO.
- DOSIFICADORES DE HIDROGEL, MAMPARAS DE SEGURIDAD, ...
- OFERTA DE CLASES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN DIRECTO EN REDES SOCIALES.
- ADAPTACIÓN DE MEDIDAS DE SEGURIDAD EN SALAS DE CLASES COLECTIVAS Y SALAS FITNESS.

## LISTOS...

nos movemos para tí

- APP VIRTUAL
- NUEVA OFERTA DE CLASES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN STREAMING
- CONTROL DE AFOROS.
- NUEVA OFERTA DE SERVICIOS.
- TUTORÍAS PERSONALIZADAS

# ¡YA!

deporte con seguridad

TE ESTAMOS ESPERANDO

## Vive el deporte

# TRANSFORMACIÓN DIGITAL EFICAZ EN LA GESTIÓN DEPORTIVA



**Andrés Mir Bel**

Graduado en CAFD en la Universidad Politécnica de Madrid. Master en Gestión Deportiva. Técnico especialista Eulen Sport.

**E**n la actualidad, la digitalización ha pasado de ser una opción a convertirse en un imperativo para la eficiencia y la mejora continua en diversos sectores, incluido en el deportivo. La gestión deportiva no escapa a esta tendencia, y la digitalización de servicios e instalaciones deportivas se presenta como un proceso fundamental para optimizar la experiencia de los usuarios y aumentar la eficacia operativa. Antes de embarcarnos en esta transformación, es crucial llevar a cabo la digitalización no solo de los servicios y las instalaciones, sino también de las personas que los gestionan y de todas las partes involucradas. Este paso es fundamental para garantizar una transición efectiva hacia un entorno más moderno y eficiente.

## Digitalización del Personal

La clave para el éxito en la transformación digital radica en comenzar desde dentro. Digitalizar al personal, capacitándolos en habilidades digitales y haciéndolos partícipes de todo el proceso, los convierte en el vínculo esencial entre herramientas digitales, instalaciones y usuarios. Cada miembro debe estar equipado con las competencias digitales necesarias.

La formación abarca desde nuevas herramientas hasta aspectos críticos como ciberseguridad.

## Digitalización de las Relaciones Interpersonales

La gestión deportiva no solo implica transacciones, sino también interacciones. Digitalizar relaciones implica la implementación de sistemas de CRM y plataformas digitales para una comunicación más eficaz. La interacción digital mejora la experiencia del usuario y optimiza la administración de recursos.

Las herramientas digitales han sido diseñadas pensando en los usuarios, con el objetivo de mejorar significativamente su experiencia. Por lo tanto, es crucial que los usuarios desempeñen un papel activo en la transformación digital de las instalaciones para asegurar una implementación exitosa y alineada con sus necesidades y expectativas.

## Digitalización Global del Servicio

Una vez que personal y relaciones están digitalizados, la siguiente fase es la digitalización global del servicio. Esto implica el uso de tecnologías emergentes como IoT, IA y las nuevas formas de analizar datos que optimiza la gestión de las instalaciones y prevé la demanda de servicios. Aplicaciones móviles y plataformas en línea facilitan el acceso y la gestión de servicios deportivos. Además, el análisis de los datos proporciona información valiosa para la toma de decisiones estratégicas y la mejora continua de los servicios ofrecidos.

En resumen, la transformación digital en la gestión deportiva es un proceso integral que va más allá de la mera digitalización. Al digitalizar al personal y las relaciones, se sientan las bases para la implementación de tecnologías avanzadas. Esto no solo mejora la eficiencia, sino que también posiciona a las organizaciones deportivas en la vanguardia de la innovación. En última instancia, la digitalización en la gestión deportiva no es solo una mejora tecnológica, sino un catalizador para el crecimiento sostenible y el éxito a largo plazo.

### Tips para Digitalizar al Personal

#### 1 Evaluación de Habilidades y Necesidades

Antes de implementar la digitalización, evalúa las habilidades digitales actuales del personal y diseña programas de formación específicos.

#### 2 Cultura Organizacional Digital

Fomenta una cultura que promueva la adopción de tecnologías digitales, reconociendo y recompensando las contribuciones al cambio cultural.

#### 3 Comunicación Clara y Constante

Establece una comunicación clara sobre los beneficios de la digitalización y proporciona canales abiertos para preguntas y preocupaciones.

### Tips para Adaptar la Digitalización a los Usuarios

#### 1 Diseño Centrado en el Usuario

Desarrolla plataformas digitales con un diseño intuitivo y centrado en el usuario. Realiza pruebas de usabilidad con los usuarios antes del lanzamiento.

#### 2 Personalización de la Experiencia del Usuario

Implementa funcionalidades que permitan la personalización, brindando a los usuarios control sobre su interacción.

#### 3 Facilitación de la Transición

Proporciona recursos de capacitación y soporte para los usuarios, con tutoriales claros y accesibles.

La digitalización exitosa requiere un enfoque holístico con formación adecuada y una atención constante a las necesidades de personal y usuarios.

## Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Referente en investigación de la Actividad Física y el Deporte aplicada a la Salud según el Ranking I-URG de Universidades Españolas. Acreditados internacionalmente por la European Health & Fitness Association.

- ▶ **Grado en Gestión Deportiva.**
- ▶ **Global Sports Management Degree.**
- ▷ Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte + Dobles Grados.
- ▷ Doctorado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Más info:  
<https://universidadeuropea.es/>

 **Universidad Europea**



# LA IMPORTANCIA (Y LA DIFICULTAD) DE REALIZAR UN CÁLCULO ADECUADO DEL PRESUPUESTO BASE DE LICITACIÓN EN LOS CONTRATOS DE SERVICIOS DEPORTIVOS

**Yago Monteoliva Rodríguez**  
Gerente de AEESDAP  
Especialista en materia de contratación  
pública sector deportivo



La entrada en vigor de la Ley 9/2017 de 8 de noviembre de Contratos del Sector Público (LCSP) supuso la adaptación de la normativa española en materia de contratación pública a la denominada 4ª generación de directivas europeas (Directivas 2014/23/UE, 2014/24/UE y 2014/25/UE) así como una importante evolución en muchos aspectos.

**Uno de los aspectos novedosos**, aparte del famoso cambio de paradigma en la adjudicación de los contratos (oferta económicamente mas ventajosa Vs mejor relación calidad precio) entre otros, vino referido a **la concreción del concepto de presupuesto base de licitación** (PBL – art. 100 LCSP), aspecto que no quedaba completamente determinado y diferenciado en el Texto Refundido de la Ley de Contratos del Sector Público (TRLCSPP) y que ahora queda completamente definido, regulado y diferenciado de otras magnitudes relacionadas como el valor estimado del contrato (VE – art 101. LCSP) y el precio (art. 102 LCSP).

Como ocurre en general con la mayoría de las normas, **la buena voluntad del legislador al crear normas y leyes no siempre se traduce en una correcta aplicación o cumplimiento de las mismas en la práctica**. En este sentido y en relación con el presupuesto base de licitación, los informes de los principales organismos supervisores de la contratación, OIREscon y el Tribunal de Cuentas, son claros a la hora de identificar las principales desviaciones:

## [OIREscon – Informe Anual de Supervisión 2022]

“Por otro lado, sigue detectándose **un incumplimiento en la estructura de costes que debe constar en los Pliegos de acuerdo al artículo 100.2 de la LCSP, relativa a la configuración del PBL** a partir de los costes directos e indirectos y otros eventuales gastos calculados para su determinación (26,06% en los contratos de servicios y 54,32% en los contratos de suministros). **Preocupa la mención de los precios de mercado como justificación del PBL y/o VEC, ya que es más una “cláusula de estilo” que una auténtica justificación, por lo que se identifica este extremo como un aspecto claramente mejorable**”.

## [Tribunal de Cuentas - Informe anual de la actividad fiscalizadora del Tribunal de Cuentas sobre contratación del sector público]

“SIGNIFICATIVAS: ...

Y asimismo, relacionadas con la **ausencia de una memoria económica que justifique el presupuesto del contrato**, la utilización de aspectos que sirven para acreditar la solvencia como criterios de adjudicación, la falta de formulación de forma clara, precisa e inequívoca de los términos en los que puede efectuarse una modificación del contrato y la falta de concreción de los aspectos técnicos y económicos susceptibles de negociación en contratos adjudicados mediante procedimiento negociado sin publicidad.”



Es importante tener en cuenta la especial incidencia que estos problemas tienen en el ámbito de los contratos públicos de servicios deportivos. El **importante peso que el factor humano** (personal que ejecuta los servicios) tiene dentro de la estructura de costes de estos contratos (75-80%), la **especial consideración** que la propia LCSP hace al respecto **de los convenios colectivos y del cumplimiento de las condiciones salariales** por parte de los empleadores, así como la imposibilidad de revisar precios, convierten la estimación del PBL en una tarea crítica de la que depende la viabilidad de dichos contratos y, en consecuencia, de los propios servicios a la ciudadanía.

Abordando la cuestión relativa al adecuado cálculo del PBL y teniendo en cuenta lo establecido en los art. 100, 101 y 102, la **premisa principal** que debe ser respetada desde un punto de vista simplificado, es que **el presupuesto debe ser suficiente - conforme a precios de mercado - para cumplir las obligaciones contractuales establecidas en los pliegos, incluyéndose** además una partida para **gastos generales** y un **beneficio**, durante toda la duración del contrato - y sus posibles prórrogas para el caso del VE -.

Esto, que así planteado puede parecer algo no demasiado complicado, supone **en la mayoría de los casos un auténtico quebradero de cabeza tanto para las administraciones como para las propias empresas**. Varios son los motivos y algo complicadas las soluciones.

El primer gran obstáculo, por volumen y complejidad, es el relativo al **cálculo de los costes laborales**. La lógica obli-

gación de respeto a lo establecido en los convenios colectivos a nivel salarial supone normalmente un verdadero problema a efectos de cálculo de costes. Como norma general, **los convenios colectivos** que regulan el ámbito deportivo en nuestro país (estatal, autonómicos y provinciales) **no se negociaron teniendo cuenta la necesidad de calcular un salario hora cierto**. En este ámbito y dentro de la Comunidad de Madrid, el escenario no resulta sencillo en la actualidad:

- Coexistencia de dos convenios colectivos sectoriales distintos, el **Convenio de Piscinas e Instalaciones Acuáticas de la Comunidad de Madrid (CIAACM)** y el **Convenio Estatal de Instalaciones Deportivas y Gimnasios (CEIIDDG)**, con ámbitos funcionales distintos pero coincidentes en parte, y cuya aplicabilidad en determinados servicios puede no estar clara en determinadas situaciones.
- Las propias características de los convenios. En el caso del CIAACM, un convenio firmado en el año 2000, con vigencia hasta 2003 y en estado de "prórroga vegetativa" sine die (al menos por el momento). Este convenio **actualiza tablas salariales a IPC**, lo cual impide cualquier tipo de estimación a futuro y **convierte cualquier estimación de costes a más de un año en una suerte adivinatoria** condicionada siempre por la limitación presupuestaria. Además, **incluye varios pluses**, entre ellos uno de antigüedad por trienios que **complica los cálculos** y hace depender su estimación del análisis previo de las tablas de subrogación, fuente de información

muchas veces poco clara o incluso indescifrable. Tampoco se ha definido en ella la jornada anual máxima, por lo que es necesario estimar su número a partir de la jornada semanal, las vacaciones y otros elementos a la hora intentar obtener un **salario bruto por hora**. En el caso del CEIIDDG el principal problema proviene de que, a pesar de que sus últimas tablas publicadas son ciertas, su **vigencia** solo alcanza hasta **2025**, año a partir del cual y **en caso de prórroga actualiza a IPC + 0,5%**, por lo que de **nuevo su estimación queda a criterio discrecional del que lo realiza**. Además, es importante tener en cuenta que si los pronósticos se cumplen en lo relativo a revisión de SMI y jornada laboral del Estatuto de los Trabajadores (ET), **con un incremento del SMI del 4% para 2024, las categorías 4.1, 4.2 y 5 volverán a verse afectadas, así como la jornada anual en 2025 si se cumple el compromiso de llegar a 37,5h/sem**. Además, este convenio incluye un **plus de transporte** por jornada laboral independiente del número de horas que se preste servicio, lo cual **impide hacer una conversión exacta a €/h**.

Con carácter general, existen otros aspectos a tener en cuenta a nivel laboral que dificultan la estimación del presupuesto. Por un lado, la **subrogación de trabajadores**. Todos los convenios colectivos del sector deportivo contemplan la subrogación y, aunque los Tribunales se han empeñado en dejar bien claro que su coste no se considera precio de mercado, **no puede/debe obviarse a la hora de estimar el presupuesto base de una licitación**. Como comentábamos anteriormente, **las tablas no siempre son claras y muchas veces no son ni ciertas. Por otro lado, el desfase temporal entre el momento del establecimiento del PBL y el momento de licitación del contrato** (meses según OIReScon) hace imprescindible comprobar el cálculo efectuado antes de licitar el contrato ya que puede estar completamente desfasado respecto de la realidad en el momento de publicación del anuncio.

En relación a **otros costes relacionados directamente con la propia prestación de los servicios**, su estimación no suele resultar, con carácter general, tan complicada puesto que **se puede recurrir directamente al mercado para conocer su coste** - medios materiales, técnicos, equipamientos, consumibles... son fácilmente presupuestables pidiendo proformas a varios proveedores del mercado y calculando luego su amortización en el periodo de duración del contrato -. No obstante, es cierto que si hablamos de **costes energéticos** (luz, gasoil, pellet...) o productos químicos (cloro, entre otros) volvemos a encontrarnos con **enormes complicaciones a la hora de estimar costes a medio/largo plazo**.

La posible modificación de la Ley 2/2015 de Desindexación de la Economía Española y la LCSP - de la que tanto se habla por fin estos últimos días y que no va a resultar nada fácil conseguir - para permitir **la revisión de precios en los contratos de servicios aliviaría esta situación**. No obstante lo cierto es que, como se ha expuesto, **no todos los problemas quedarían solucionados**.

Con respecto al resto de factores contemplados en el desglose anteriormente establecido, la imputación de unos porcentajes de **gastos generales y beneficio industrial** en el cálculo del PBL de los contratos de servicios es en prin-

cipio **discrecional para el órgano de contratación**. Al contrario que los contratos de obra, cuyos porcentajes se regulan en el art. 131 del Reglamento General de la Ley de Contratos de las Administraciones Públicas - gastos generales entre el 13 y el 17% y beneficio industrial al 6% -, **en los contratos de servicios este aspecto no está regulado** y lo único que existen son pronunciamientos de algunos Órganos Consultivos (informes 50/08 y 40/19 de la Junta Consultiva de Contratación Pública del Estado y 12/14 de la Junta Superior de Contratación Administrativa de la Generalitat Valenciana entre otros) y de los Tribunales (Res 683/2016, 1144/2018, 481/2019 y 592/2019 del Tribunal Administrativo Central de Recursos Contractuales) donde, en resumen, se establece que **los porcentajes establecidos como obligatorios para los contratos de obra no lo son para el resto de contratos, aunque nada impide tenerlos en cuenta si se estima oportuno**.

Llegado este punto me gustaría añadir un último factor a tener en cuenta a la hora de estimar un presupuesto. No cabe duda de que el **coste asociado a la posible suscripción de los criterios de adjudicación por parte de los licitadores no es un componente obligatorio del presupuesto base de licitación**. Ahora bien, teniendo en cuenta que las empresas tienen/obtienen ventajas competitivas y son estas mismas las que les permiten competir en el mercado entre ellas, ¿es que no suponen ningún coste para las empresas? **¿de dónde sale el dinero para cubrir el coste de lo que las empresas aportan en los criterios de adjudicación?** Evidentemente, hay criterios que suponen un mayor coste que otros. Algunos, relativos a procesos internos o herramientas de implantación general en las empresas, suelen considerarse dentro de la partida de gastos generales, pero ¿de dónde sale el dinero que financia el resto de criterios que se suscriben? La respuesta es obvia, **del margen presupuestario de los contratos**, por lo que si en un contrato hay interés porque las empresas suscriban un determinado criterio, sería acertado calcular su coste para comprobar que existe cierto margen en el presupuesto que permita su financiación. Solo como apunte y por estudios que hemos realizado, **resulta difícil encontrar empresas que tengan menos de un 10-12% de gastos generales y ninguna va a trabajar gratis**.

Para concluir, no puedo dejar pasar la oportunidad de informaros de que estas cuestiones relativas a la estimación del PBL, así como la relativa a la importancia de la selección del valor óptimo en las licitaciones junto con los retos de la Colaboración Público Privada (CPP), están siendo objeto de debate y propuestas a través del **Think Tank** organizado por la **Cátedra de Innovación Deportiva de Ebone** (CIDE) en colaboración con la **Universidad de Alcalá de Henares** (UAH) que, durante este año, se desarrolla en diversas citas en diferentes localidades: Guadalajara, Zaragoza, Murcia, Barcelona, Burgos, Palma de Mallorca, Gijón y Tenerife.

Hay mucho que hacer todavía y entre todos podemos mejorar el sector. Gracias por dejarnos un hueco donde poder exponer parte de nuestras preocupaciones.



# IMPULSAMOS TU NEGOCIO

CONSULTORIA | MARKETING



Más información y contratación:



[www.valgo.es](http://www.valgo.es)



[valgo@valgo.es](mailto:valgo@valgo.es)



+34 91 579 99 26

# MAPA DE LA OBESIDAD EN ESPAÑA, Y LA PREOCUPANTE SITUACIÓN ACTUAL



**Figura 1:** Mapa del % de obesidad en las comunidades autónomas entre los participantes de la encuesta.

## Sergio García Ortega

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte en la Universidad Politécnica de Madrid; especialidad en Gestión Deportiva



Un equipo de investigadores del Centro Nacional de Epidemiología del Instituto de Salud Carlos III (ISCIII) y de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) ha realizado un análisis exhaustivo sobre la prevalencia de la obesidad y el exceso de peso en España. Este estudio, basado en datos recopilados en 2020 para la Encuesta ENE-COVID, revela un panorama inquietante de la salud ponderal en el país, destacando la necesidad urgente de intervenciones efectivas y políticas de salud pública.

Los resultados del estudio revelan cifras preocupantes en relación con la obesidad y el exceso de peso en España. En la población infantil, se estima que un tercio de los niños, niñas y adolescentes presenta exceso de peso, mientras que uno de cada diez sufre obesidad. Este hallazgo plantea serias preocupaciones sobre la salud futura de esta generación, ya que la obesidad infantil se asocia comúnmente con problemas de salud a lo largo de la vida.

En la población adulta, los datos son igualmente inquietantes, el 55,8% de la misma muestra sobrepeso, y el 18,7% padece obesidad. Estas cifras destacan la magnitud del problema de salud pública y subrayan la urgencia de abordar la obesidad en todas las edades.

Es reseñable que los hombres son los más propensos a padecer sobrepeso y obesidad, tanto en la población infantil como en la población adulta. Además, factores como un menor nivel educativo, ingresos más bajos, discapacidad y la presencia en el hogar de personas con obesidad están asociados con una mayor prevalencia de obesidad, por lo que estos factores muestran cierta correlación. Estas disparidades socioeconómicas y de género destacan la necesidad de enfoques específicos y dirigidos para abordar el problema de manera efectiva. Es de vital importancia tratar de dirigir el mensaje hacia un público específico, hacia el cual, tal y como han mostrado los anteriores factores, es más habitual que padezca estos problemas.

La Encuesta ENE-COVID, que contó con la participación de 57,131 personas adultas y 10,543 niños y niñas, proporcionó datos a través de la autodeclaración de peso y talla. Esta metodología permitió estimar la prevalencia nacional, autonómica y provincial de obesidad y exceso de peso en diferentes segmentos de la población. El análisis detallado reveló disparidades geográficas, destacando regiones con mayor prevalencia de obesidad.

Estos datos representativos de la población general permiten una comprensión más profunda de la complejidad de los factores que contribuyen al exceso de peso en España. La identificación de disparidades basadas en factores socioeconómicos y geográficos es crucial para la creación de intervenciones específicas y adaptadas a las necesidades de distintas poblaciones.

La prevalencia de la obesidad y el exceso de peso en España, como se revela en este estudio, subraya la urgencia de estrategias y políticas de salud pública efectivas. La promoción de estilos de vida saludables desde una edad temprana, la educación nutricional y la conciencia pública son elementos clave para revertir esta tendencia preocupante.

La identificación de factores de riesgo y disparidades socioeconómicas proporciona una base sólida para el diseño de intervenciones específicas que aborden las

causas subyacentes de la obesidad en diferentes grupos de la población. La salud futura de España depende de la implementación efectiva de medidas preventivas y de intervenciones basadas en la evidencia.

Este estudio arroja luz sobre el desafío crítico de la obesidad en España y destaca la necesidad apremiante de acciones coordinadas y sostenibles. La colaboración entre el sector de la salud, la educación y la sociedad en su conjunto es esencial para abordar este problema de manera integral y construir un futuro más saludable para la población española.

#### BIBLIOGRAFÍA

Estudio ENE-COVID: Situación ponderal de la población adulta en España. Informe. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (Ministerio de Consumo). Centro Nacional de Epidemiología (Instituto de Salud Carlos III).

Estudio ENE-COVID: Situación ponderal de la población infantil y adolescente en España. Informe. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (Ministerio de Consumo). Centro Nacional de Epidemiología (Instituto de Salud Carlos III).



## ESPACIOS DE JUEGO EXTRAORDINARIOS EN CENTROS DEPORTIVOS

Crea una verdadera experiencia de **ocio personalizada** para tus públicos y convierte tu espacio en **algo extraordinario**

**ISABA**  
www.isaba.com



# CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN EN SUPERFICIES DEPORTIVAS



*Grupo IGOID. Universidad de Castilla-La Mancha*

**L**as superficies deportivas están inmersas en un profundo proceso de cambio y actualización, producto de las nuevas normativas y políticas sobre sostenibilidad y economía circular. Como ejemplo más reciente encontramos el reciente Reglamento (UE) 2023/2055, de la Comisión, de 25 de septiembre de 2023, publicado en el Diario Oficial de la Unión Europea el 27 de septiembre de 2023, que pone fin al relleno de rendimiento polimérico en los campos de césped artificial. Esto significa, de facto, que el relleno de caucho granulado tal cual existe hoy en día desaparecerá de todos los campos de césped artificial en los próximos años. Estas superficies, tal y como las conocemos, tienen que reinventarse.

Por tanto, no hay mejor momento que éste para poner en marcha el nuevo centro de investigación del Grupo IGOID de la Universidad de Castilla-La Mancha. El Grupo IGOID comenzó su trabajo sobre superficies deportivas en el año 2011, al conseguir la acreditación ENAC como laboratorio de ensayos por la ISO 17025. Dos años más tarde, en 2013, inauguró la Planta Piloto de Investigación en Superficies Deportivas, destinada a evaluar desde una perspectiva global la influencia de la superficie de juego sobre el rendimiento y la salud del deportista. Esta Planta fue creciendo en recursos humanos y materiales hasta que diez años después, en este presente 2023, el Grupo IGOID ha ampliado su instalación para dar cabida a investigaciones y servicios

que abarquen todo el ciclo de fabricación y vida de superficies deportivas.

Este nuevo centro está a disposición de cualquier proyecto de I+D+i o de cualquier fabricante o instalador que demande servicios de ensayos técnicos relacionados con superficies deportivas, así como de cualquier otra rama del deporte que pueda beneficiarse del uso de esta instalación, que se encuentra dividida en las siguientes 4 secciones:

## Laboratorio de materiales

Laboratorio equipado para desarrollar ensayos físicos y químicos tanto de los materiales base (materias primas) como de los materiales finales utilizados en la fabricación o construcción de superficies deportivas. Entre el equipamiento presente en este laboratorio se encuentran:

- Máquina de ensayos universal
- DSC (Calorimetría diferencial de barrido)
- TGA (Análisis termogravimétrico)
- Horno de secado
- Infiltrómetro
- QUV (desgaste por UV)
- Microscopios de precisión
- Tamices
- Equipo de densidad aparente



Avda. Carlos III s/n. 45004 Toledo  
<http://igoid.uclm.es> - <https://www.igoidsportec.com>  
 925268800 (Ext. 96828) - 629 424 022  
[info@igoidsportec.com](mailto:info@igoidsportec.com)



- Balanzas analíticas
- Péndulo de Charpy
- Índice de fluidez
- Índice de resiliencia
- Densímetro
- Cámara climática

### Ensayos de rendimiento y simulación del desgaste de superficies deportivas

Se trata de un laboratorio diseñado para poder montar in situ muestras o probetas de distintas superficies deportivas. A su vez, dispone de equipos para el análisis de la función y la seguridad deportiva tanto en su estado original como tras diferentes tipos de desgaste.

#### Ensayos de rendimiento

- AAA (Atleta artificial avanzado)
- AA (Atleta artificial)
- HIC (Head Injury Criterion)
- HIC Horizontal (prototipo)
- Equipo de resistencia rotacional
- Equipo ligero de resistencia rotacional

- Rodadura de balón
- Rodadura de balón reducida
- Rebote vertical de balón
- Infill Splash
- Bote angular
- Heat Determination
- Brillo especular
- Equipo de rebote de balón automático (prototipo)

#### Simulación de desgaste y condiciones climáticas

- Lisport EN
- Lisport XL
- Equipo auxiliar para test a -5 °C
- Equipo auxiliar para test a 50 °C
- Desgaste por inmersión en agua caliente
- Taber Abrader
- Carga pesante

#### Planta de fabricación

Planta preparada para la extrusión in situ de nuevos materiales poliméricos reciclados o combinación de materiales naturales. Esta sección tiene capacidad para fabricar sufi-



ciente material para el montaje de muestras en laboratorio e incluso concentrados (batch) para su posterior uso industrial. Esto permite modificar los materiales con el fin de encontrar nuevas aplicaciones. Entre los equipos disponibles se encuentra un inyector para la preparación de muestras para evaluar las propiedades de los materiales antes de su aplicación. También se incluyen:

- Extrusora de doble husillo
- Inyectora
- Entalladora
- Fresadora

### Evaluación del deportista

Finalmente, una de las acciones más innovadoras del Grupo IGOID ha sido centrarse en el atleta en este proceso. Por ello, tiene la capacidad de desarrollar cualquier análisis de rendimiento, exigencias y cinemática cuando los atletas desarrollan actividad en diferentes tipos de superficies deportivas.

- GPSport
- WIMU GPS
- DXA (Desitometría ósea)
- BodPod
- Equipo de calorimetría
- Equipo de tensiomiografía
- FLIR cámara termográfica (Thermohuman software)
- VALD Plataforma de fuerzas duales
- Encoder
- Equipo laser de altura de salto
- Equipo de sprint resistido 1080
- Acelerómetros de rodilla
- Acelerómetros de cadera
- Spirobank (espirometría)
- Espectrómetro de masas para uso en fisiología
- Cromatógrafo de gases para uso en fisiología
- Tanita (análisis antropométrico)
- Plataformas de presiones plantares
- Plantillas de presiones plantares

Esta planta entra en funcionamiento en colaboración con la spin-off IGOID-SPORTEC, lo que permite dotar de un mayor alcance a cualquier proyecto, cubriendo todo el ciclo de I+D+i. IGOID-SPORTEC es además PYME Innovadora y Empresa Innovadora de Base Tecnológica (sello EIBT).



El Grupo IGOID forma además parte de la Plataforma Europea de Innovación en el Deporte (European Platform in Sport Innovation, EPSI) y es miembro del Círculo de Expertos en Superficies Deportivas de la Asociación Internacional para Instalaciones Deportivas y Recreativas (International Association for Sports and Leisure Facilities, IAKS).

En cuanto a la realización de ensayos, el Grupo IGOID está acreditado tanto por ENAC como por diferentes federaciones internacionales, pudiendo realizar servicios de evaluación de superficies deportivas así como aportar garantías de calidad en el desarrollo de I+D+i vinculada a este tipo de equipamientos.



# Si puedes imaginarlo, nosotros lo construimos

MOBILIARIO PARA VESTUARIOS

**FABRICACIÓN PROPIA**  
DISEÑO SEGÚN LOS  
ESTÁNDARES MÁS EXIGENTES  
DEL SECTOR FARMACÉUTICO



MOBILIARIO DE  
VESTUARIOS



SOLUCIONES  
MODULARES



RESTYLING

[www.sqmobiliario.com](http://www.sqmobiliario.com)

+34 916 547 509



En colaboración:



# CUIDANDO EL SUELO PÉLVICO EN EL EMBARAZO Y POST PARTO



**Mariela Villar Heidelberg**  
PhD Creadora & Directora  
Embarazo Activo®  
[www.embarazoactivo.com](http://www.embarazoactivo.com)



**C**uidar el Suelo Pélvico durante el embarazo y postparto son una de las etapas más importante en la vida de una mujer, pero también son momentos difíciles para la musculatura pélvica. El aumento de peso, los cambios hormonales, el paso del bebé por el canal del parto, puede dejar algunas secuelas sobre todo, si el periné no está bien preparado.

## Qué es el Suelo Pélvico

El Suelo Pélvico es el conjunto de músculos, fascia y ligamentos que cierran la pelvis por su parte inferior. Una estructura de músculos y tejido conectivo que entrega soporte y estructuras de suspensión a los órganos pélvicos y abdominales.

El Suelo Pélvico va desde el pubis hasta el coxis y conforma el piso de la pelvis, zona que soporta el útero,

el intestino y la vejiga, y cierra la entrada de la vagina, el recto y la uretra. Este conjunto muscular se encarga de sostener la parte baja del abdomen, cierra la parte más inferior de la cavidad abdominal. Estos músculos pueden dividirse en diferentes planos, desde el más **superficial** (músculos bulbocavernosos, isquiocavernosos, transverso superficial y esfínter externo), pasando por un **plano medio** (esfínter estriado de la uretra y músculo transverso profundo), hasta el **plano más profundo** (denominados en su conjunto elevadores del ano). Para poder cerrar por completo la parte más inferior de la cavidad abdominal, estos músculos deben tener inserciones en el coxis y en el pubis.

Durante el embarazo, la relaxina extra del cuerpo, relaja las articulaciones, y la presión del útero dilatado puede distender la musculatura del suelo pélvico.

Es frecuente que las mujeres que ya tuvieron hijos presenten cierta vulnerabilidad en esta zona. Como consecuencia, pueden sufrir molestias o ligeras pérdidas de orina cuando se ríen, tosen o estornudan, que no deben de ser normalizadas, teniendo que ser evaluadas y tratadas con un profesional de la fisioterapia.

## Funciones del Suelo Pélvico

**Sostén:** mantener los órganos pélvicos en una posición correcta, evitando las pérdidas de orina y heces ante los aumentos de presión abdominal o el movimiento.

**Zona de paso:** imprescindibles para la micción y la defecación voluntaria. Además de ser importantes para el parto, el sexo y el embarazo.

*Participa en el mantenimiento de la estabilidad lumbo-pélvica*

## Signos de alerta que podrían indicar una debilidad en el suelo pélvico

- Pérdida involuntaria de orina, gases o materia fecal
- Presión o pesadez en la zona pélvica
- Dolor inespecífico en la zona lumbopélvica
- Hernias discales, abdominales, umbilicales o de hiato
- Dificultad para orinar, chorro discontinuo
- Dolor en la micción o defecación
- Dolor o insensibilidad en las relaciones sexuales
- Dificultad para llegar al orgasmo
- Hemorroides
- Diástasis abdominal
- Estreñimiento, problemas digestivos

## Causas o factores que afectan al Suelo Pélvico

- Mala Postura
- Mal patrón respiratorio
- Alimentación desequilibrada
- Ejercicios o gestos hiperpresivos mal realizados
- Estreñimiento y esfuerzo defecatorio
- Sobrepeso

- Tos crónica, alergias, enfermedades respiratorias
- Embarazo - Episiotomías
- Menopausia
- Infecciones urinarias

## Trabajo Interdisciplinario

Se recomienda ponerse en manos de un profesional del Ejercicio Físico que sea especialista en embarazo y recuperación post parto, como así también una evaluación previa de fisioterapia, para luego realizar un plan integral de ejercicio físico que incluya la realización de ejercicios físicos para fortalecer la musculatura del glúteo mayor que, al alcanzar las articulaciones sacro-iliacas, puede “mantener” la pelvis. El adecuado trabajo de los músculos del periné posibilitará llevar adelante a la mamá un mejor parto y post parto, estando en constante equilibrio tanto en fuerza como en flexibilidad.

*El suelo pélvico debe de ser **FUNCIONAL** y tenemos que saber activarlo tanto en estático como en dinámico*

## Evaluación del Suelo Pélvico con una Fisioterapeuta

Durante el embarazo se recomienda que la futura mamá haga una visita a la fisioterapeuta para que evalúe cómo se encuentra el Suelo Pélvico ya que si está hipertónico deberá de realizar otro tipo de trabajo al que si se encuentra hipotónico. Esto solo se puede saber con exactitud con la evaluación de dicha profesional.

En el post parto se sugiere esperar unos 30-40 días de nacido el bebé para que la fisioterapeuta realice una evaluación integral y así tener una visión de cómo se encuentra la reciente mamá luego del parto y desde ahí armar su plan de ejercicios post parto.

# LA AUTÉNTICA REVOLUCIÓN DEL FITNESS AL AIRE LIBRE

UN ENTORNO DE ENTRENAMIENTO INNOVADOR

PORTÁTIL Y FÁCIL DE USAR

100% EQUIPADO PARA TUS CLASES

ALTA RENTABILIDAD Y ASESORAMIENTO PERSONALIZADO

# CUBOFIT

info@cubofit.es | 649 733 808  
www.cubofit.es





JORNADA SOBRE INNOVACIÓN Y TENDENCIAS EN VESTUARIOS DEPORTIVOS

# ACTIVIDADES DEL CÍRCULO DE GESTORES

El Círculo de Gestores sigue con su objetivo de realizar diferentes actividades y eventos para mejorar el conocimiento y compartir experiencias entorno a la gestión deportiva. A continuación mostramos aquellas que han tenido lugar en los últimos meses.

### **Reunión Virtual de la Junta Directiva del Círculo de Gestores el 27 de septiembre**

El pasado 27 de septiembre tuvo lugar una nueva reunión de la Junta Directiva del Círculo de Gestores, a través de medios virtuales.

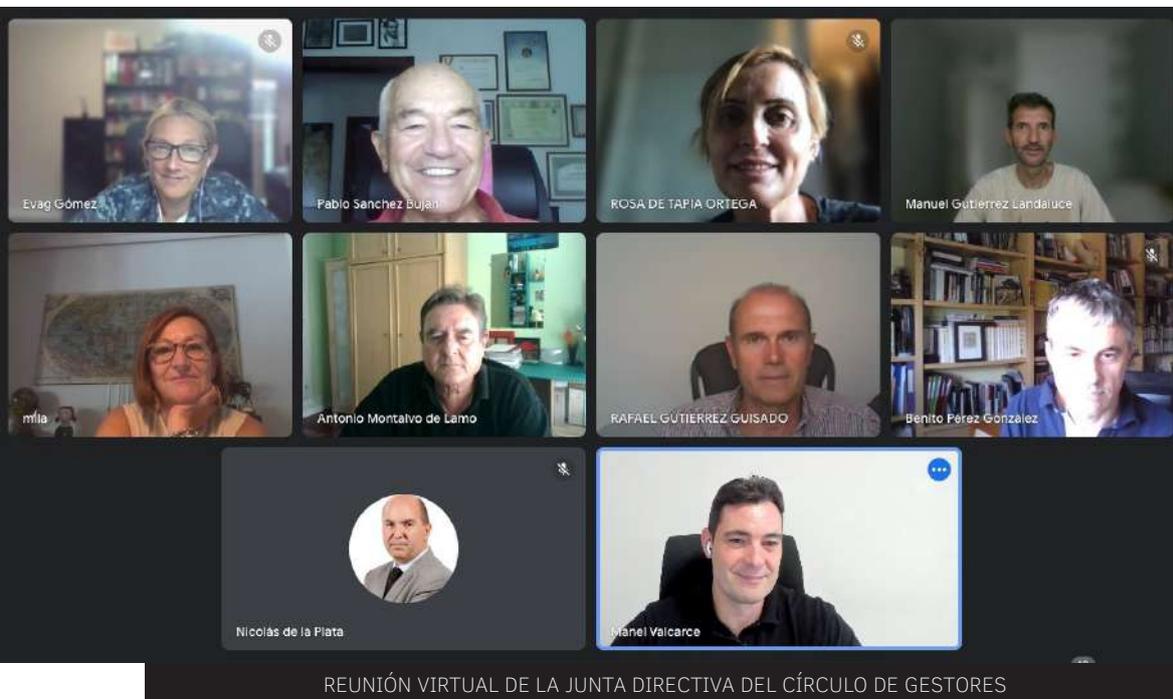
En el orden del día se han abordado diferentes temas en relación con las próximas actividades del Círculo, el estado económico y las diferentes acciones de gestión realizadas con anterioridad.

Nos mantenemos activos y con la vista puesta en seguir profesionalizando y mejorando el sector de la gestión deportiva.

### **Finalizada con éxito la jornada sobre innovación y tendencias en vestuarios deportivos**

El pasado 24 de octubre tuvo lugar en la sede de SQ Mobiliario, la Jornada sobre Innovación y Tendencias en Vestuarios Deportivos, organizada por el SQ Mobiliario junto con el Círculo de Gestores Deportivos. A este evento acudieron grandes profesionales del sector, que se mostraron muy interesados en conocer todos los detalles que presentaron los ponentes.

Los principales temas tratados en el evento fueron las nuevas tendencias en los vestuarios deportivos, desde el restyling que se puede llevar a cabo en los mismos, hasta la implementación de la sostenibilidad en todo este



VISITA TÉCNICA A LA LIGA

proceso, en el que se puede llevar a cabo la fabricación de elementos, tales como mesas, taquillas etc, a partir del reciclaje de los residuos generados por las propias entidades. Además, de ser una jornada de aprendizaje, sirvió como punto de encuentro entre los diferentes gestores de entidades públicas y privadas de la Comunidad de Madrid.

Desde el Círculo de Gestores, se quiere agradecer a SQ Mobiliario, por la magnífica organización del evento, y por la gran acogida que se dio durante el mismo.

### **Finalizada con éxito la visita técnica a La Liga**

El pasado 28 de noviembre tuvo lugar en la sede de La Liga, la Visita Técnica organizada por el Círculo de Gestores Deportivos a esta entidad. A este evento acudieron grandes profesionales del sector, que se mostraron muy interesados en conocer todos los detalles presentados en el evento, así como estudiantes y miembros de la Universidad Europea, cuya jornada les resultó de gran interés para continuar con su formación.

Los principales temas tratados en la jornada fueron las diferentes acciones que realiza La Liga tanto en España como en el extranjero, así como los patrocinadores con lo que cuenta. De

esta forma, se permitió conocer en mayor medida a los allí presentes las labores institucionales que realiza La Liga y como desarrolla su negocio en otros países del mundo. Asimismo, el Coordinador de Contenidos Digitales de la institución, desarrolló una ponencia sobre las nuevas formas de comunicación y entretenimiento que utiliza la institución para ser reconocida en cualquier lugar del mundo. Además, de ser una jornada de aprendizaje, sirvió como punto de encuentro entre los diferentes gestores de entidades públicas y privadas de la Comunidad de Madrid.

Desde el Círculo de Gestores, se quiere agradecer a La Liga, por la magnífica organización del evento, y por la gran acogida que se dio durante el mismo.



**Presentación de la Guía Práctica de Recomendaciones para la Contratación Pública de Servicios Deportivos por las Corporaciones Locales.**

La Federación de Asociaciones de Gestión del Deporte de España (FAGDE) y la Asociación Española de Empresarios de Servicios Deportivos a las Administraciones Públicas (AEESDAP) presentaron, el lunes 30 de octubre en Madrid a las 12:30, la Guía Práctica de Recomendaciones para la Contratación Pública de Servicios Deportivos por las Corporaciones Locales. Este proyecto, que cuenta con el respaldo y la finan-

ciación del Consejo Superior de Deportes (CSD), será expuesto en la sede en la capital de España de AUREN, entidad que ha colaborado en el desarrollo de la misma.

Esta guía tiene como objetivo desarrollar una herramienta, actualizable permanentemente, que facilite la labor de las áreas técnicas deportivas de las entidades locales, así como a las vincula-

das a gobiernos autonómicos, universidades y otras entidades públicas, en el proceso de configuración y redacción de los pliegos y demás documentación contractual que regirán las licitaciones de servicios deportivos. Con ello se pretende contribuir a mejorar la calidad de las licitaciones y, por consiguiente, mejorar la calidad de los servicios deportivos ofertados a la ciudadanía.



**BLAUTEC®**  
**Expertos en piscina colectiva**

En Blautec contamos con más de 30 años de experiencia ofreciendo soluciones personalizadas y de calidad para satisfacer las necesidades de cada cliente.

Somos expertos en piscinas de uso colectivo, ya sean piscinas públicas, centros deportivos, centros wellness, hoteles, etc. Contamos con un amplio catálogo de productos especializados, propiamente seleccionados.

Diseñamos y fabricamos elevadores hidráulicos para piscinas, con el objetivo de encontrar soluciones sostenibles que supongan una mejora para la sociedad, rompiendo barreras de accesibilidad.

Además, como distribuidores oficiales, disponemos de taller propio para ofrecer Servicio Técnico de limpiafondos Dolphin Wave, elevadores de piscina y secadores de bañadores.

ACCESS  
BLAUTEC

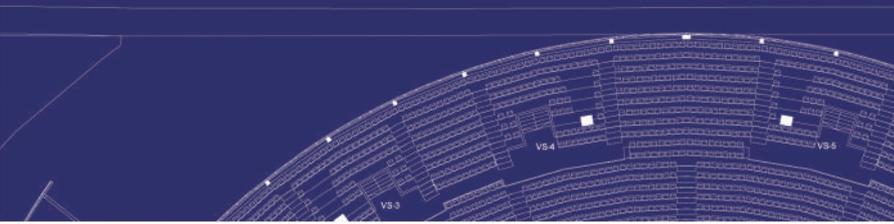
maytronics | Dolphin

BAMIKO

(+34) 91 109 40 94 | [www.blautec.com](http://www.blautec.com)

# Equipamiento Deportivo Integral de Instalaciones y Centros Deportivos

Más de 30 años de experiencia y solvencia en la instalación de Equipamientos Deportivos Integrales, Deportes de Equipo, Instalaciones Deportivas, Pavimentos Deportivos Indoor y Outdoor, Renovación de Pavimentos insitu, Atletismo, Gimnasia, Fitness, Deportes Alternativos y Piscinas.



PROYECTAMOS

PISTA CONCIERTOS (*)	1456 asientos
PISTA BALONCESTO (*)	905 asientos
PISTA TENIS (*)	691 asientos
PISTA BALONMANO (*)	613 asientos
GRADERA ALTA	392 asientos
GRADERA BAJA	3011 asientos
GRADERO TOTAL	8590 asientos



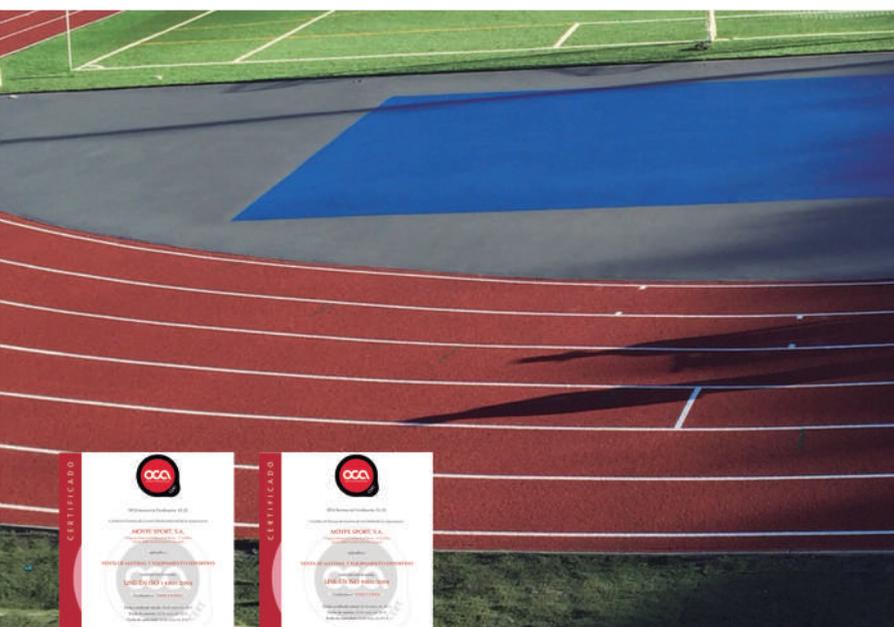
DESARROLLAMOS



EJECUTAMOS



INSTALAMOS



... y entregamos

Trabajos garantizados, servicio post-venta ágil y capacidad para resolver cualquier incidencia técnica en el menor tiempo.

Garantía de calidad, ISO 9001 e ISO 14001 y la profesionalidad y el compromiso de Moype Sport.



Información:

**91 668 70 44**

comercial@moype.com

**www.moype.com**



**MOYPE SPORT S.A.**  
European Sport Company

C/ Galileo Galilei 116, Pol Ind Valdearenal, 28939 Arroyomolinos (Madrid) T. 916 68 70 44



Fundado por y para los profesionales de la Gestión Deportiva, el Círculo tiene como fin, el que se reconozca la figura del profesional, ya sea Gestor Deportivo público o privado

[www.circulodegestores.com](http://www.circulodegestores.com)

[info@circulodegestores.com](mailto:info@circulodegestores.com)

[f www.facebook.com/CirculoGestores](https://www.facebook.com/CirculoGestores)

[t @CirculoGestores](https://twitter.com/CirculoGestores)



**FAGDE**

Federación de Asociaciones de  
Gestores del Deporte de España