

# "NUTRICIÓ I DOPATGE EN L'ESPORT"

Xerrada formativa per a Primers Equips,  
a càrrec del Dr Bernat de Pablo,  
metge de la Selecció Espanyola d'Hoquei Patins i de la Mútua de Terrassa.

Museu de Sant Cugat. Claustre del Monestir de Sant Cugat  
Dijous 13 de març de 2014 – 20 h

La pràctica de l'esforç físic i l'esport, d'una banda, i la necessitat d'un tractament farmacològic i una alimentació adequada, d'altra, són circumstàncies que coincideixen amb freqüència en el nostre entorn sociocultural: bé perquè la pràctica de l'esport requereix tractament farmacològic, tant en l'aspecte del rendiment esportiu com en el derivat de la lesió i la seva recuperació, o bé perquè ho necessita la situació general clínica del subjecte.

D'altra banda, els esportistes d'alt nivell passen també diversos controls antidopatge de manera aleatòria en les seves respectives competicions. Així doncs, certs aspectes relatius a aquests controls els han de tenir en compte esportistes, tècnics i col·laboradors dels equips a l'hora de compatibilitzar tractaments farmacològics i alimentaris.

És amb aquest motiu que el proper dijous 13 de març a l'auditori del Museu de Sant Cugat, al Claustre del Monestir de Sant Cugat, el Dr Bernat de Pablo, col·laborador del PHC Sant Cugat, oferirà una xerrada formativa sobre:



## "NUTRICIÓ I DOPATGE EN L'ESPORT"

- Conceptes bàsics sobre el dopatge
- Conceptes bàsics sobre nutrició i suplementació esportiva

El Dr. Bernat de Pablo, és metge de la Selecció Espanyola d'Hoquei Patins, actual campiona del món, santcugatenc i metge de la Mútua de Terrassa al CAP de Valldoreix.

Assistiran a aquesta xerrada formativa, els primers i segons equips masculins i femenins del PHC Sant Cugat (Oklliga femenina i Primera Divisió Espanyola), com també els primers i segons equips del Club Voleibol Sant Cugat (Superlliga Femenina Voleibol i Primera Divisió Fem Espanyola), i del Club de Rugby Sant Cugat (Divisió d'Honor B Espanyola i 1a Cat Femení).

Així doncs és el primer cop que es reuniran tots aquests esportistes santcugatencs d'alt nivell que competeixen en lligues d'àmbit estatal (més de 70) en un acte conjunt, on també hi seran tots els joves jugadors i jugadores (sub23, júnior i juvenils) que s'estan formant per al seu pas a categories sènior, a més dels tècnics dels 3 clubs.

Tots 3 clubs tenen equips en lligues d'àmbit estatal en què és habitual el control antidopatge, i comparteixen models esportius molt similars quant a la formació dels seus esportistes.