

¡Mide rendimiento al máximo y gana medalla por su investigación!



El Congreso Internacional de Investigación y Docencia reúne a los mejores expositores en materia de **innovación e investigación a nivel nacional e internacional**, y en su 8va edición la medalla de honor se la llevó un colaborador del [Tec de Monterrey Campus San Luis Potosí](#).

Se trata de **Alfredo de Jesús Quintanilla Moreno, Licenciado en Entrenamiento Deportivo** y preparador físico de los equipos representativos y selecciones dentro del [campus San Luis Potosí](#).

Investigación llevada a cabo

Alfred llevó a cabo una investigación acerca de la **metodología y rendimiento físico en el voleibol** de la mano junto con el equipo representativo femenino, con la cual consiguió ser el **expositor ganador de dicho congreso**.

“Consistía en evaluar a 14 atletas de entre 14 y 18 años y el rendimiento físico que iban teniendo bajo las 4 capacidades físicas que son fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad” Expresó Quintanilla acerca de su estudio.

Obtención de datos importantes

El proceso de recopilación de datos fue a través de diferentes **tests físicos** como lo son el **test de cooper, Course Navette**, repeticiones y de esfuerzo máximo.

Estos test son muy comunes a realizar con **atletas** de alto rendimiento por su precisión en cuanto a resultados y facilidad de obtenerlos.

El congreso se dividió en paneles de exposiciones y conferencias en las que participaron alrededor de 60 personas con maestrías como indiscutible requisito y la mejor ponencia sería la ganadora.

“El nivel de competencia era muy alto, había compañeros con doctorados y muy bien preparados, lo cual hizo que me sintiera nervioso...” expresó Alfredo.

Fuentes de información

También menciona que para este tipo de análisis es necesario contar con fuentes de información confiables y asertivas, por lo que menciono algunas:

“Le dediqué entre 3 y 4 meses, fueron meses en los que las revistas digitales de medicina, el grupo GSE (Grupo Sobre Entrenamiento) y **el Instituto de Gatorade de Ciencias del deporte fueron mi principal apoyo**”.



width="900" loading="lazy">

Equipo representativo femenino de voleibol, protagonistas de la investigación

Los aspectos a evaluar en estas competencias son extensamente estrictos e importantes, por ello Quintanilla **hizo un hincapié muy grande en por qué realizarlo con el equipo de voleibol de [PrepaTec del Campus San Luis Potosí](#)**:

“Realmente lo que me lleva a hacerlo con las voleibolistas es que es el equipo más responsable y trabajador que tengo a nivel [Tecnológico de Monterrey](#)...”

Actualmente se encuentra estudiando un posgrado en nutrición del deporte y expresa que tiene la intención de convertirse en Doctor en Ciencias del Ejercicio.

SEGURO QUERRÁS LEER TAMBIÉN: