

EQUIPO EDITORIAL / EDITORIAL TEAM / EQUIPA EDITORIAL

Editor Jefe / Editor in chief / Editor Chefe

Álvaro Velarde Sotres. Universidad Europea del Atlántico, España

Felipe García Pinillos. Universidad de Granada, España

Secretaria / General Secretary / Secretário Geral

Beatriz Berríos Aguayo. Universidad de Jaén, España

Cristina Arazola Ruano. Universidad de Jaén, España

Editores Asociados / Associate Editors / Editores associados

Carlos Lago Fuentes. Universidad Europea del Atlántico, España

Diego Marqués Jiménez. Universitat Oberta de Catalunya, España

Iker Muñoz Pérez. Universidad Isabel I, España

Marcos Mecías Calvo. Universidad Europea del Atlántico, España

Consejo Científico Internacional / International Scientific Committee / Conselho Científico internacional

Alberto Ruiz Ariza. Universidad de Jaén, España

Alejandro Pérez Castilla. Universidad de Granada, España

Alexandra Pérez Ferreirós. Universidad Santiago de Compostela, España

Alexis Padrón Cabo. Universidad de Vigo, España

Amador García Ramos. Universidad de Granada, España

Anne Delextrat. Oxford Brookes University, Inglaterra

Antonio Jesús Bores Cerezal. Universidad Europea del Atlántico, España

Bruno Travassos. Universidad de Beira Interior, Portugal

Diego Jaén Carrillo. Universidad San Jorge, España

Ezequiel Rey Eiras. Universidade de Vigo, España

Francesco Cuzzolin. Universidad de Udine, Italia

Igor Jukic. University of Zagreb, Croacia

Joaquín Lago Ballesteros. Universidade de Santiago, España

José Palacios Aguilar. Universidade de A Coruña, España

Julio Calleja González. Universidad del País Vasco, España

Luis Enrique Roche Seruendo. Universidad San Jorge, España

Marcos Chena Sinovas. Universidad de Alcalá, España

Mireia Peláez Puente. Universidad Europea del Atlántico, España

Pedro E. Alcaraz. Universidad Católica de Murcia, España

Roberto Barcala Furelos. Universidade de Vigo, España

Rubén Navarro Patón. Universidade de Santiago de Compostela, España

Sergio López García. Universidad Pontificia de Salamanca, España

Tomás T. Freitas. Universidad Católica de Murcia, España

Víctor Arufe Giráldez. Universidade de A Coruña, España

Patrocinadores:

Funiber - Fundación Universitaria Iberoamericana

Universidad internacional Iberoamericana. Campeche (México)

Universidad Europea del Atlántico. Santander (España)

Universidad Internacional Iberoamericana. Puerto Rico (EE. UU)

Universidade Internacional do Cuanza. Cuito (Angola)

Colaboran:

Centro de Investigación en Tecnología Industrial de Cantabria (CITICAN)

Grupo de Investigación IDEO (HUM 660) - Universidad de Jaén

Centro de Innovación y Transferencia Tecnológica de Campeche (CITTECAM) – México.

SUMARIO / SUMMARY / RESUMO

- Editorial 6

- Comparación de los tipos de Foam Roller evaluando su efecto agudo en el músculo recto femoral mediante tensiomiografía 7
Comparison of Foam Roller types assessing their acute effect on the rectus femoris muscle using tensiomyography
Miguel Secades Rodríguez, Benjamín Torre Saro, Álvaro Velarde-Sotres, Marcos Mecías-Calvo. Universidad Europea del Atlántico (España)

- Atletismo, rugby y fútbol: valoración de la motivación y autocompasión a lo largo de la temporada 19
Athletics, rugby and football: assessment of motivation and self-compassion throughout the season
Ariadna Siri Schuchner, Mariacarla Martí-González, Marcos Mecías Calvo, Iker Muñoz Pérez, Andrea Corrales Pardo. Universidad Europea del Atlántico (España)

- Efectos del baile en pacientes con Párkinson: revisión sistemática 35
Effects of dance in patients with Parkinson: systematic review
Noelia López Campo, Jon Mikel Picabea Arburu. Universidad Europea del Atlántico (España)

- Efectos del ejercicio físico en la dismenorrea primaria. Revisión sistemática 51
Effects of physical exercise on primary dysmenorrhea. Systematic review
María Millares Samperio, Andrea Corrales Pardo. Universidad Europea del Atlántico (Spain)

- Efectos del ciclo menstrual en el estado físico y psicológico de una mujer activa 69
Effects of the menstrual cycle on the physical and psychological state of an active woman
Jessica Castanedo Escalante, Andrea Corrales Pardo. Universidad Europea del Atlántico (España)

- Lesión de ligamento cruzado anterior (LCA) en futbolistas cántabros. Análisis descriptivo de los factores de riesgo 83
Anterior cross ligament injury (ACL) in cantabrian football players. Descriptive analysis of risk factors
Felipe Peredo López, Raúl Marín Bárcena, Marcos Mecías Calvo. Universidad Europea del Atlántico (España).

Editorial

Los estudios publicados en este número atienden a diferentes ámbitos dentro de la actividad física y el deporte. MLS Sport Research tiene como objetivo publicar artículos originales de investigación y de revisión tanto en áreas básicas como aplicadas y metodológicas que supongan una contribución al progreso en el ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

En el primero de los artículos se aborda la “Comparación de los tipos de Foam Roller evaluando su efecto agudo en el músculo recto femoral mediante tensiomiografía”. La utilización del rodillo de espuma o Foam Roller es una técnica de liberación miofascial relativamente nueva que está experimentando un aumento considerable en el entorno del deporte y de la salud. El objetivo del estudio fue comparar los diversos tipos de FR evaluando su efecto agudo en el músculo Recto Femoral mediante Tensiomiografía (TMG), teniendo en cuenta las variables Deformación máxima (Dm) y Tiempo de Contracción (Tc).

El segundo estudio se denomina “Atletismo, rugby y fútbol: valoración de la motivación y autocompasión a lo largo de la temporada”. Las investigaciones basadas en la motivación y la autocompasión han demostrado que son características personales que influyen en el desarrollo de cada individuo. El objetivo de este estudio fue analizar la evolución de la motivación y de la autocompasión a lo largo de una temporada deportiva completa, con el fin de valorar si existen diferencias entre los distintos periodos de la misma teniendo en cuenta cada deporte.

El siguiente de los estudios atiende a los “Efectos del baile en pacientes con Párkinson: revisión sistemática”. El objetivo de esta revisión fue conocer los efectos de distintos programas de baile en la mejora de los síntomas y calidad de vida de pacientes con enfermedad de párkinson. Se llevó a cabo una revisión sistemática de diferentes programas de baile en tres bases de datos (Google académico, Pubmed y Dialnet).

El cuarto estudio aborda los “Efectos del ejercicio físico en la dismenorrea primaria. Revisión sistemática”. La dismenorrea primaria es el trastorno menstrual más común y se define como menstruación dolorosa. Este problema de salud reduce la calidad de vida de más del 70% de las mujeres que lo padecen, por lo que los principales objetivos de esta revisión fueron evaluar si realizar ejercicio físico era seguro para estas mujeres y, conociendo sus efectos en la dismenorrea primaria, comparar los distintos ejercicios o métodos de entrenamiento analizando cuáles son los más eficaces.

El siguiente de los estudios se denomina “Efectos del ciclo menstrual en el estado físico y psicológico de una mujer activa”. Los principales objetivos de esta investigación fueron analizar los efectos de las diferentes fases del ciclo menstrual sobre dos elementos de la condición física, la fuerza- potencia y el equilibrio dinámico, y sobre el estado psicológico de una mujer moderadamente activa. En este estudio participó una mujer de 28 años, la cual consumía anticonceptivos orales.

Se completa el número de la revista con un artículo sobre la “Lesión de ligamento cruzado anterior (LCA) en futbolistas cántabros”. La rotura de Ligamento Cruzado Anterior (LCA) es una de las lesiones más problemáticas dentro del mundo del fútbol, no solo por el periodo que mantendrá inactivo al sujeto, sino también por las secuelas que puede producir en el deportista. El objetivo de este estudio fue conocer algunos de los factores de riesgo y mecanismos de lesión de LCA en futbolistas cántabros de las temporadas 2016 a 2019.

Dr. Álvaro Velarde Sotres y Dr. Felipe García Pinillos
Editores Jefe / Editors in chief / Editores Chefe