

Ceuta

INVESTIGACIÓN

● Un estudio de investigadores de la UGR concluye que "la capacidad aeróbica parece tener un papel fundamental en la capacidad de desplazamiento y movilidad del combatiente"

La 'mochila' de los soldados



EL FARO

El trabajo de campo con medio centenar de soldados de La Legión y Regulares de Ceuta comenzó a finales del año pasado.

E. F. CEUTA

Un equipo de investigadores de la Facultad de Educación, Economía y Tecnología de la Universidad de Granada (UGR) del Campus local ha completado un estudio pionero sobre "la carga física y el estrés del combatiente" con cincuenta efectivos del Tercio de La Legión y el Grupo de Regulares de la Comandancia General de Ceuta (COMGECEU) concebido para evaluar de forma "completa e interdisciplinar" el rendimiento de los soldados de Infantería con su equipo de combate y valorar la conveniencia de introducir mejoras ergonómicas o de otro tipo en él.

Según sus conclusiones, "la capacidad aeróbica [la posibilidad

del organismo para funcionar eficientemente y llevar actividades sostenidas con poco esfuerzo, poca fatiga, y con una recuperación rápida] parece tener un papel fundamental en la capacidad de desplazamiento y movilidad del combatiente, tarea imprescindible para poder desarrollar una buena labor tanto en situaciones de combate como en ejercicios de entrenamiento diario".

El peso medio de la mochila de combate asciende a diez kilos y medios, "lo que supone un 11.7% del peso corporal del combatiente (% BW)"; mientras que el peso del equipo completo de combate, incluyendo la mochila, se eleva a 21,8 kilogramos, el 25.3% BW.

"El aumento de peso a transportar (equipo de combate y mochila)

provoca un deterioro del rendimiento de más del 55%, quedando el combatiente con unas capacidades físicas y de reacción limitadas por el uso del equipo de combate", han advertido los responsables del estudio, coordinado por José María Heredia y con Eva Orantes como otra de las investigadoras involucradas.

Además, aprecian que "provoca un aumento de la carga física en un 67% con respecto a no transportar el equipo de combate, junto con una menor capacidad de desplazamiento y libertad de movimiento debido a que el combatiente ve reducida su libertad de movimiento a la hora de sortear los obstáculos y desplazarse".

Desde septiembre del año pasado se sometió a diversos ejercicios

25 legionarios y otros tantos efectivos de Grupo de Regulares equipados con sensores biométricos y geolocalizadores para "medir su frecuencia cardíaca, su número de respiraciones por minuto e incluso su actividad electrodérmica".

Antes de la prueba física cada soldado debía completar un test para conocer su estado físico y su valoración del equipo que porta. También se sometieron a un examen de estrés mental y evaluación psicotécnica que se repitió inmediatamente después de terminar el recorrido.

"La actividad electrodermal de la piel (EDA) aumenta conforme el combatiente transporta el equipo de combate y la mochila, lo que repercute en una activación del sistema simpático, por lo que el trans-

porte de carga provocaría una mayor activación de los mecanismos de estrés del combatiente", han detectado los investigadores.

En las conclusiones de su estudio también se refiere que "en cuanto a la atención mantenida y tiempo de reacción, tras completar la pista de obstáculos, el combatiente tiende a tomar decisiones más rápido, siendo además ese aumento relacionado con las respuestas correctas, por lo que aumenta su capacidad de atención, así como la capacidad de mantenerla y rapidez de decisión".

En lo relativo a composición corporal, la mayoría de los combatientes que han participado en el trabajo están en el intervalo de normopeso (el 81% de los participantes), mientras que sólo el 11% estaría catalogado con sobrepeso y el 8% con obesidad clasificados en función

Más del 80% de los soldados están "en el intervalo de normopeso"

del porcentaje de grasa corporal obtenido.

No obstante, los autores precisan que "en el caso de población militar el Índice de Masa Corporal (IMC) no resulta buen indicativo del estado físico porque "es una población deportista con unos índices de masa muscular altos, tendiendo por tanto a sobreestimar los datos de obesos y sobrepesos".

En cualquier caso, "tener una buena capacidad aeróbica estaría relacionado con un mejor rendimiento en una prueba específica de preparación militar, como es la pista de obstáculos, garantizando así un óptimo rendimiento y rapidez de ejecución en una tarea específica de preparación del combatiente", indica.

ABOGADOS EXPERTOS EN RECLAMACIONES DE INDEMNIZACIONES POR ACCIDENTE DE TRÁFICO

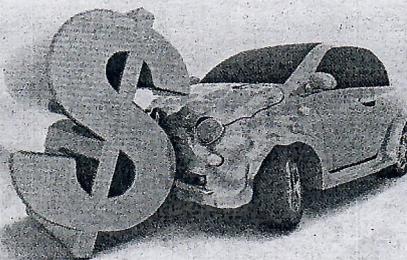
G I L P A C H E C O



A B O G A D O S

CONSÚLTENOS SIN COMPROMISO

Contamos con más de 20 años de experiencia y contamos con un equipo médico especializado en valoración del daño corporal, traumatólogos y fisioterapeutas, encargándonos de la gestión de las pruebas médicas



SOLO COBRAMOS SI USTED COBRA

G I L P A C H E C O



A B O G A D O S

Calle Velarde 36 · Edificio María local C · Tfn: 956524763 · 629490536 · 619959189 · 675861777