



Instituto Gatorde de Ciencias del Deporte

Antecedentes

El **Instituto Gatorade de Ciencias del Deporte (GSSI)**, con sede en Barrington Illinois, Estados Unidos, se fundó en 1988, con el objetivo de que los asesores científicos del GSSI estudiaran a los atletas de todo el mundo, tanto en los laboratorios como en el campo de juego, para entender las necesidades de los deportistas para mejorar su desempeño y rendimiento.

Actualmente el **Instituto Gatorade de Ciencias del Deporte** es una entidad dedicada a ayudar al deportista para llevar al máximo su salud y su rendimiento a través de la investigación y el estudio en la ciencia de la nutrición y la hidratación. Durante los últimos 25 años, el **GSSI** ha evaluado a cientos de deportistas en todo el mundo.

El Director Global del **GSSI** es PH.D., Asker Jeukendrup, atleta y científico reconocido a nivel mundial por sus investigaciones sobre rendimiento deportivo.

El **GSSI** cuenta con laboratorios fijos en Barrington, Sarasota y Londres. Próximamente se instalará un laboratorio en Brasil. Mientras que en México y en Estados Unidos, el **GSSI** tiene laboratorios móviles que instala en sedes de acuerdo a las necesidades que en materia de investigación tienen los asesores científicos.

En el laboratorio de México se realizan pruebas a atletas de alto rendimiento para generar valores normativos, los cuales se integran a una base de datos global para realizar investigación, así como proveer información individualizada a los atletas.

Las pruebas que se realizan a los atletas mexicanos forman parte de proyectos de investigación que actualmente llevan a cabo los asesores científicos del **GSSI** en México.

Protocolo de investigación

El protocolo de investigación que se aplica en el **GSSI-LAB** para la realización de las pruebas en atletas está avalado por el Comité de Ética e Investigación del Hospital Universitario del Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Monterrey. Esta institución se encuentra inscrita en la Comisión Nacional de Bioética.

Desarrollo del Protocolo

- Introducción.
- Estado de hidratación inicial.
- Composición corporal.
- Muestras de sangre.
- Gasto energético y oxidación de sustratos.
- Muestras de sangre.
- Tasa de sudoración y pérdidas de electrolitos.
- Función cognitiva – Velocidad de reacción.
- Habilidades motoras.
- Encuesta de ingesta de energía, sueño y hábitos de nutrición.
- Prueba de Fuerza.



- Prueba de Wingate.
- Resultados.

Alianza UNAM- GSSI LAB

La alianza que se propone para trabajar con la Dirección General de Actividades Deportivas y Recreativas de la Universidad Nacional Autónoma de México tiene por objetivo ayudar con estrategias personalizadas a sus atletas para mejorar su desempeño deportivo y generar líneas de investigación en conjunto sobre rendimiento deportivo.

- Como resultado de las pruebas que el **GSSI-LAB** realizará en la UNAM, se le entregará a cada atleta una estrategia nutricional personalizada que les permitirá lograr un mejor desempeño en entrenamientos y competencias.

Beneficios

- Ayudar de manera personalizada a los atletas de la UNAM a mejorar su rendimiento deportivo.
- Apoyar a los atletas a modificar hábitos.
- Mantener el GSSI Lab al alcance de todos los atletas y sus entrenadores para que tengan la oportunidad de asistir a realizar las pruebas que se ofrecen.
- Utilizar el GSSI-LAB como un espacio multidisciplinario en el que investigadores de la UNAM puedan desarrollar líneas de investigación específicas.

Requisitos para montaje del GSSI-LAB

- El GSSI-Lab necesita 100 m² para su instalación.
- Se requiere de un espacio cerrado con puertas de acceso.
- Electricidad permanente para la conexión de distintos aparatos.

Notas:

- El personal que opera el equipo que conforma el laboratorio forma parte del GSSI, por lo que no se requiere de personal extra.
- La custodia y seguridad del equipo puede cubrirse con el mismo personal de seguridad que labora dentro de las instalaciones de la Dirección General de Actividades Deportivas y Recreativas.

Imágenes del laboratorio

