

INFORME ANALÍTICO DE PASANTÍA: ARTICULACIÓN DE LAS TENDENCIAS DE LA II CUMBRE DE VISIONARIOS CON EL PERFIL DE MAGISTER EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO Y ACTIVIDAD FÍSICA

II Cumbre de visionarios 17 y 18 de septiembre 2026

“Colombia en el 2050: un país sin límites”

ELKIN RAUL BARRERA SANTANA
50989

Universidad Santo Tomás
Facultad de Cultura física, Deporte y Recreación
Maestría en Entrenamiento Deportivo y Actividad Física
Tunja - Boyacá
2026



Tabla de contenido

1. Información general y ficha técnica	3
2. Resumen ejecutivo	3
3. Introducción y justificación	5
4. Matriz de vinculación transversal	6
5. Análisis crítico y discusión científica	11
5.1. Eje 1: Inteligencia artificial, monitoreo y toma de decisiones	11
5.2. Eje 2: Individualización y entrenamiento basado en velocidad	13
5.3. Síntesis de la discusión.....	14
6. Propuesta de transferencia técnica	15
6.1. Problema u oportunidad	15
6.2. Objetivo	16
6.3. Población y alcance	16
6.4. Metodología operativa.....	16
6.5. Indicadores de seguimiento	18
6.6. Viabilidad comercial	20
7. Autoevaluación del perfil de egreso	20
8. Referencias	22
9. Anexos	24
9.1. Credencial de participación	24
9.2. Evidencias Fotográficas	25



1. Información general y ficha técnica

Nombre del evento	II Cumbre de visionarios Bucaramanga 2026
Entidad organizadora	Universidad Santo Tomás
Lugar y fecha	Bucaramanga, 17 y 18 de septiembre de 2026
Total, de horas asistidas y certificadas	20 horas
Modalidad de participación	Asistente y analista de ponencias magistrales
Ejes temáticos abordados	Liderazgo, comunicación, IA (inteligencia artificial) y tecnología, inclusión, bienestar, innovación pública, negocios internacionales, educación, habilidades profesionales y equipos de alto rendimiento.

2. Resumen ejecutivo

El siguiente informe se busca interpretar las competencias adquiridas durante el desarrollo de la II Cumbre de Visionarios realizada en Bucaramanga los días 17 y 18 de septiembre del 2026 y la relación con el perfil de egreso de la Maestría en Entrenamiento Deportivo y Actividad Física. A partir de los apuntes hechos en las dos jornadas de las conferencias y de la agenda oficial, emergieron saberes significativos en liderazgo, comunicación, transformación social, inteligencia artificial, inclusión, hábitos, toma de decisiones, negocios internacionales y trabajo en equipos de alto rendimiento. En cuanto a la competencia del perfil, la más enriquecida fue la capacidad de



analizar situaciones en el marco de formular soluciones sustentadas en conocimiento científico, responsabilidad social y criterio profesional.

Es válido mencionar, que este informe se realiza bajo un modelo cualitativo, con un enfoque descriptivo interpretativo, caracterizado por la modalidad de estudio de caso sobre una experiencia formativa, la observación participante y el registro reflexivo realizado a partir de la asistencia a las ponencias de la II Cumbre de Visionarios, fueron la herramienta que permitió la recolección de datos primarios, permitiendo la creación de matrices que serían transversales a las temáticas analizadas; Dicha información atravesó un proceso de análisis por categorías y un análisis hermenéutico que permitiera correlacionar las competencias del perfil de Egreso de la Maestría en entramiento deportivo y actividad física con los preceptos incluidos en las conferencias a las que se tuvo la oportunidad de asistir.

De esta manera surge la pregunta orientadora, ¿De qué manera los ejes temáticos y las tendencias emergentes presentados en la II Cumbre de Visionarios nutren, transforman y fortalecen las competencias profesionales y el criterio científico – Práctico del magíster en entrenamiento deportivo y Actividad física en el contexto actual? Así pues, la adquisición de nuevos conceptos y nuevas competencias pueden asumirse como hallazgos analíticos al sistematizar la experiencia.

Como discusión científica se profundiza en dos ejes: El uso de IA, datos para apoyar seguimientos en un entrenamiento deportivo y la prescripción individualizada de las cargas mediante indicadores objetivos como la velocidad de ejecución. La literatura revisada advierte



sobre el uso de métricas o algoritmos en decisiones automáticas. Como propuesta de aplicación práctica se da paso a la creación de FARO 360, que consiste en un plan funcional de intervención en un entrenamiento de doce semanas que integra una evaluación inicial, monitoreo sencillo de la carga, revisión periódica de objetivos y una retroalimentación accesible. Esta propuesta busca trasladar los aprendizajes de la cumbre a una práctica deportiva más, inclusiva, medible, reflexiva y centrada en la persona.

3. Introducción y justificación

La participación en la II Cumbre de Visionarios permitió ampliar el análisis del ejercicio profesional desde una perspectiva interdisciplinaria, vinculando contenidos con relación al liderazgo, comunicación, innovación, tecnología, inclusión y gestión; aun cuando la agenda del evento no fue exclusivamente enfocada a temáticas relacionadas con el entrenamiento deportivo y las ciencias aplicadas al ejercicio, de acuerdo con sus planteamientos permitieron establecer relaciones con procesos propios de la práctica profesional.

Desde la formación de la maestría en entrenamiento deportivo y actividad física, esta experiencia resulta enriquecedora porque permite una mirada multifactorial que abarca puntos de vista desde una concepción fisiológica, metodológica y biomecánica. Todo lo anterior con el fin de crear competencias para la planificación del entrenamiento, adherencia a programas de actividad física, seguimiento de la carga, gestión de grupos e incorporación de nuevas tecnologías en los procesos de entrenamiento.



También exige considerar necesidades emergentes en cuanto a la investigación de métodos innovadores, y actuar con responsabilidad social y profesional. De igual manera genera oportunidades de desarrollo dentro de la industria deportiva y de la actividad física.

En este sentido, la cumbre aportó elementos complementarios a la formación específica de la maestría y fortalecen la comprensión integral del ejercicio profesional, vinculando las ciencias aplicadas al ejercicio con componentes de gestión deportiva, educación, innovación y responsabilidad social.

4. Matriz de vinculación transversal

Procedimiento metodológico y categorización:

De acuerdo al enfoque del presente informe se utilizó un análisis de la información mediante la revisión de datos cualitativos con un enfoque mixto (inductivo – Deductivo), es decir, la primera columna Speaker y Eje temático hace parte de una categoría inductiva, de acuerdo a los preceptos expuestos por cada uno de los conferencistas, mientras que las columnas denominadas Perfil de egreso y Aplicación al campo profesional hacen parte de la categoría deductiva, dado el contenido de estas conferencias con las competencias del perfil del egreso de la Maestría en Entrenamiento Deportivo y Actividad Física, para el caso de la columna denominada Planteamiento central hace parte de la síntesis de la evidencia. De esta manera se garantiza la coherencia entre la evidencia, la experiencia formativa y la evaluación del perfil profesional.



Speaker y Eje temático	Planteamiento central	Perfil del egreso	Aplicación al campo profesional
Johana Bahamón “Segundas oportunidades”	Transformación social, dignificación de personas y generación de oportunidades, usando el teatro y cultura como medio de transformación.	Comprender necesidades del contexto y formular soluciones, con equidad, ética y justicia social mediante las expresiones culturales, que permitirán un espacio de esparcimiento, ocio y será una manera novedosa de compartir experiencias para el fortalecimiento de grupos y la identificación de necesidades	Diseñar programas de actividad física comunitaria que abarquen aspectos sociales y promuevan la inclusión.
Eduardo Pérez	Uso de tecnología para disminuir	Adaptación funcional y planteamiento de	El uso de la tecnología no debe



“Tecnología e IA al servicio de la inclusión”	barreras; referencias a lengua de señas y Cued Speech.	estrategias identificadas a partir del análisis de necesidades y tendencias, según las demandas especiales de los individuos limitados para la participación por la dificultad del entorno para lograr una inclusión	ser únicamente para medir resultados, sino también para facilitar apoyos visuales y canales de comunicación, con ajustes en las sesiones de entrenamiento.
David Janna “negocios internacionales”	Importación, exportación y relación comercial con China.	Observar el deporte y el fitness como industria global ya que puede ser un mercado internacional donde las tendencias, metodologías y productos orientados al bienestar tomados desde China, que es un líder estratégico	Explorar nuevas tecnologías, proveedores y oportunidades comerciales, vistas más allá del mercado local.



		global, considerando uno de sus pilares el cual es un respetado ecosistema de acondicionamiento físico dictando pautas en estos mercados internacionales, para impulsar no solo tecnologías en el ámbito de entrenamiento deportivo, sino, avances tecnológicamente atractivos.	
Andrés Bilbao “Equipos de alto rendimiento”	El eje temático expuesto consistió en la mentalidad para los equipos de alto rendimiento.	Crear planes de dirección de equipos y gestión en el desempeño, priorizando un entorno donde cada integrante fija su	Trazar objetivos generales en función de criterios de seguimiento y acuerdos en trabajos compartidos.



		propia meta y trabaja para lograrla, contribuyendo así al objetivo común, contando con un feedback basado en retroalimentación de acuerdo con las capacidades individuales que acercaran al grupo cada vez más al objetivo.	
--	--	--	--

Unidad de análisis y fuentes de información:

El registro de campo, tomado en forma de apuntes, se concibe como la primera técnica de recolección de datos y el soporte bibliográfico, durante cada una de las conferencias se realizó la toma de datos durante los días 17 y 18 de Septiembre de 2026, lo cual permito la fidelidad de los datos, mediante la toma de notas por medio de manuscrito y resúmenes analíticos que lograron captar las ideas relevantes de cada discurso, lo que permitió la articulación con los conceptos ligados a la práctica del entrenamiento deportivo. Posterior a esto, los datos se digitalizaron, se codificaron para el análisis en la matriz temático – estructural.



El Corpus documental y de fuentes primarias recolectadas fueron las conferencias de:

1. Johanna Bahamón, titulada como “Segundas oportunidades”
2. Eduardo Pérez, titulada como “Tecnología e IA al servicio de la inclusión
3. David Jana, titulada como “Negocios internacionales”
4. Andrés Bilbao, titulada como “Equipos de alto rendimiento”

5. Análisis crítico y discusión científica

5.1. Eje 1: Inteligencia artificial, monitoreo y toma de decisiones

La conferencia relacionada con IA (inteligencia artificial) permitió formular una pregunta específica ¿Como una herramienta tecnológica elaborada para procesar datos puede optimizar el proceso en toma de decisiones sobre entrenamiento sin reemplazar el criterio profesional como entrenador? La revisión científica permite deducir una respuesta razonable. Claudino et al (2019) analizaron varias aplicaciones de IA que se orientaron a la predicción del rendimiento y a la valoración del riesgo de lesiones en deporte de equipo. Esta revisión abarco varias técnicas como; redes neuronales artificiales, arboles de decisión y máquinas de soporte vectorial. Los resultados que se obtuvieron de esta revisión sistemática señalan que hay una necesidad de continuar realizando estudios prospectivos que permitan establecer una mayor precisión de la capacidad predictiva de estas herramientas.



Estos resultados sugieren que la información recolectada por los modelos de inteligencia artificial, puedan tener una perspectiva hacia el entrenamiento deportivo sirviendo como apoyo en los análisis, pero se deben interpretar con las características del deportista en el contexto y el criterio profesional antes de orientar una intervención, además puede vincularse con la investigación en métodos innovadores y comprender los fundamentos fisiológicos y biomecánicos del entrenamiento para determinar si la información generada tiene sentido dentro del proceso de prescripción.

Impellizzeri et al (2020), adoptan una posición crítica frente a este enfoque de que una métrica de carga pueda ser utilizada de manera mecánica para la prevención de lesiones. El argumento central es que la lesión es multifactorial y se debe hacer el seguimiento de la carga que sirve para comprender el trabajo realizado y la respuesta del deportista, aunque esto no permite establecer de forma general un punto exacto para que la carga representa un riesgo.

En el marco de lo anterior, la cumbre propicio una visión mucho más amplia en la incorporación de nuevas tecnologías en diferentes escenarios de aplicación de manera ética, orientada al apoyo de toma de decisiones teniendo en cuenta su uso responsable, esto se integra con lo aprendido en la maestría permitiendo acceder al uso de estas como por ejemplo el entrenamiento basado VBT, ya que este emplea la velocidad de ejecución que complementa el control y ajuste de la carga en ejercicios de fuerza.



5.2. Eje 2: Individualización y entrenamiento basado en velocidad

De esta manera el uso del VBT no debe limitarse en incorporar recursos tecnológicos, sino concebirse como un instrumento para fortalecer el proceso metodológico, el cual requiere de manera permanente una interpretación profesional. Los indicadores derivados de la velocidad de ejecución pueden relacionarse con variables de carga externa, como el volumen o la intensidad del entrenamiento. No obstante, tales análisis deben complementarse con indicadores de carga interna, como la percepción subjetiva del esfuerzo, la respuesta individual y otros determinantes del contexto del deportista.

Weakley et al (2021) describen el entrenamiento basado en velocidad como una metodología que permite utilizar este parámetro para controlar variables como la intensidad, el volumen, la fatiga y la retroalimentación en el entrenamiento de fuerza. Su monitoreo aporta información útil para individualizar cargas y observar variaciones en el desempeño de una misma sesión de entrenamiento.

Dentro de las estrategias empleadas para el seguimiento de cargas del entrenamiento, la percepción subjetiva del esfuerzo representa una herramienta de monitoreo recurrente. Al respecto Haddad et al. (2017) revisaron evidencia sobre la metodología sesión- RPE y aportaron datos que respaldan validez y utilidad de la cuantificación en la carga interna en diversas disciplinas deportivas.

Así mismo Inoue et al. (2022) realizaron una comparación de la carga percibida por los deportistas en contra posición de lo planeado por los entrenadores y encontraron diferencias



especialmente en sesiones consideradas fáciles, lo que evidencia que la intención del entrenador y le respuesta que es percibida por el deportista no siempre coinciden.

Este enfoque se relaciona con el perfil de egreso de la maestría, de manera destacada en la capacidad de evaluar adaptaciones al entrenamiento, dosificar cargas individualizadas e integrar metodologías contemporáneas de control. Más allá de cuantificar la velocidad de ejecución, el valor del VBT no radica únicamente ese registro, sino en articular datos con indicadores fisiológicos, técnicos y perceptivos para estructurar un diseño estratégico de periodización.

La utilización conjunta del VBT y RPE permite complementar indicadores objetivos y subjetivos asociados a la carga de entrenamiento. Esta articulación metodológica favorece un seguimiento robusto de las adaptaciones del deportista, reduciendo la dependencia de una única variable.

5.3. Síntesis de la discusión

Los ejes analizados muestran que el incorporar tecnología en el entrenamiento deportivo debe estar acompañada por criterio profesional del entrenador, el conocimiento físico y la capacidad de adaptación. Las herramientas usadas como la inteligencia artificial, el monitoreo de carga o el entrenamiento basado en velocidad aportan información útil para comprender las respuestas físicas del deportista, pero cada resultado no debe analizarse aisladamente. En la individualización del entrenamiento se exige considerar variables, técnicas, fisiológicas, contextuales y personales. A esto se suman aspectos como la comunicación, el liderazgo, la adherencia y la inclusión, ya que influyen directamente en la forma en que la intervención es comprendida y sostenida. Desde esta perspectiva la innovación adquiere valor cuando



complementa el análisis profesional y permite tomar decisiones ajustadas a el contexto y necesidad del deportista.

6. Propuesta de transferencia técnica

Faro 360: Plan de intervención funcional con monitoreo, inclusión y retroalimentación

Como propuesta de emprendimiento propongo FARO 360, consiste en una intervención funcional de doce semanas dirigido a personas adultas que participen en programas de actividad física, acondicionamiento y un seguimiento personalizado. El nombre FARO deriva cuatro acciones consideradas en la Cumbre: identificar Factores relevantes, Analizar la información, Reajustar la intervención y Observar nuevamente los resultados.

De acuerdo con el enfoque cualitativo descriptivo – interpretativo del presente informe, las metas y los porcentajes planteados en la estrategia FARO 360 son resultado de los criterios de seguimiento y control de la gestión que responden al propósito de mantener la integralidad y el enfoque centrado en la persona, estos indicadores cuantitativos, que hacen parte del seguimiento de participantes, se consolidan con los indicadores cualitativos de la experiencia subjetiva que resulta de las percepciones de los participantes y los registros narrativos.

6.1. Problema u oportunidad

En escenarios de acondicionamiento físico suelen ser usadas rutinas generales que consideran de manera limitada la respuesta individual. Por otra parte, la comunicación suele centrarse en indicar



que hacer y no siempre en explicar porque se hace, mientras que las necesidades de accesibilidad o dificultades adherencia pueden ser identificados tarde. La oportunidad consiste en organizar un proceso sencillo que se combine evaluación, seguimiento de carga, comunicación y ajustes sin depender de tecnología costosa.

6.2. Objetivo

Implementar un proceso de doce semanas que permite hacer una planificación de entrenamiento de manera progresiva, monitorear la respuesta del participante, detectar barrera de adherencia o accesibilidad y el realizar ajustes con base de información objetiva y subjetiva

6.3. Población y alcance

La propuesta es planteada para adultos aparentemente sanos o con una alta médica según su condición clínica, esta intervención no asume funciones propias de medicina o fisioterapia. Su aplicación se limita al ámbito del entrenamiento y la actividad física, con remisión profesional cuando las necesidades identificadas superen las competencias del entrenador.

6.4. Metodología operativa

Fase 1. Caracterización inicial (semana 1): Se realizará una anamnesis, disponibilidades horarias, barrera, preferencia de comunicación y registro de medidas funcionales acordes con el contexto y definición de metas.

Fase2. Inicio y aprendizaje (semana 2 – 3): Enseñanza técnica, explicación del propósito de cada entrenamiento y familiarización con una escala de esfuerzo percibido (escala de Borg). se establece una línea base de tolerancia al ejercicio.



Fase 3. Desarrollo individualizado (semana 4-9): En el desarrollo de esta fase se realizará una progresión del volumen y de la intensidad conforme a la respuesta individual. En caso de contar con un encoder lineal, la velocidad de ejecución podrá utilizarse como referencia complementaria en el control de ejercicios de fuerza. Sin embargo, la aplicación FARO 360 no dependerá de este recurso, porque el seguimiento de la carga se hará mediante herramientas accesibles como la escala de Borg, la percepción subjetiva del esfuerzo (RPE), el número de repeticiones completadas, la duración de la sesión y la calidad de la técnica. En tal virtud, esta información permite ajustar el volumen y la intensidad del entrenamiento de acuerdo con la tolerancia y evolución, facilitando su aplicación en gimnasios y centros de acondicionamiento físico.

Ahora bien, planificar el volumen e intensidad del entrenamiento de manera progresiva según la respuesta física. En cuanto a los ejercicios de fuerza, si se dispone de los dispositivos tecnológicos como el encoder lineal para medir la velocidad de ejecución, puede ser una gran herramienta para ajustar la carga. En caso de que no se cuente con este dispositivo se usaran indicadores más sencillos, como la percepción del esfuerzo, el número total de repeticiones complementadas y la calidad de la técnica.

Fase 4. Ajuste y consolidación (semana 10-11): Se revisa cómo ha evolucionado la persona en el programa, si ha tenido dificultades para asistir o si existen factores externos que impidan continuar con el proceso. A partir de esta información, se puede modificar la frecuencia de las sesiones, la dificultad que presentan los ejercicios o la carga del entrenamiento, buscando que la persona pueda continuar con el proceso de manera progresiva.



Fase 5. Reevaluación (semana 12): Comparación con línea base, conversación sobre la experiencia, revisión de los objetivos y la formulación de la siguiente etapa del proceso.

6.5. Indicadores de seguimiento

Característica	Dimensión	Indicador	Forma de evaluación	Meta propuesta
Cuantitativa	Control de gestión	Adherencia al programa	Porcentaje de sesiones realizadas en comparación a las programadas.	$\geq 80\%$ de asistencia.
Cuantitativa	Control de gestión	Cumplimiento de la carga planificada	Registro de sesiones completadas dentro del tiempo establecido.	$\geq 85\%$ de cumplimiento.
Cuantitativa	Control de gestión	Progreso funcional	Comparación entre la valoración inicial y final.	Mejora aproximada del 5-10% en el resultado de pruebas funcionales.



Cualitativa	Experiencia y percepción	Percepción del esfuerzo	Escala de Borg al finalizar las sesiones	Mantener la percepción planificada durante la sesión.
Cualitativa	Experiencia y percepción	Calidad técnica	Análisis de la acción motriz de los ejercicios.	Disminución progresiva de errores técnicos.
Cualitativa	Experiencia y percepción	Satisfacción del participante	Encuesta sobre la calidad, el acompañamiento y satisfacción.	≥ 80% de valoración positiva.
Cualitativa	Experiencia y percepción	Accesibilidad y participación	Registro de barrera detectadas y ajustes realizados al contexto.	Atender al 100% las barreras modificables dentro del alcance profesional.
Cuantitativa	Control de gestión	Seguridad	Registro de molestias y eventos adversos.	Mantener en 0 la ocurrencia de eventos adversos graves.



6.6. Viabilidad comercial

La propuesta inicial es comenzar con recursos básicos y la escala progresiva. En la primera etapa se usarán formatos digitales sencillos, pruebas funcionales y escalas subjetivas. Ya en un contexto con mayores fuentes económicas con mayor capacidad tecnológicas podrían añadirse sensores, análisis de video o sistemas de medición de velocidad. El crecimiento gradual de FARO 360 evitara tener pasos en falso para que se adquirieran herramientas tecnológicas que sean realmente necesarias para nuestros futuros usuarios.

También puede ser utilizada para ofrecer servicios de valoración y seguimiento en clubes, gimnasios o entrenadores independiente. La propuesta de valor se evalúa a la planificación individualizada, seguimiento comprensible y adaptación de la comunicación. Como conclusión cualquier modelo comercial deberá conservar los principios de confidencialidad, competencia profesional y derivación responsable.

7. Autoevaluación del perfil de egreso

Antes de participar como asistente a la Cumbre tendía a relacionar mi formación de maestría principalmente en temas de planificar y evaluar el ejercicio. Dando finalización a las dos jornadas logre comprender que se deben tener en cuenta competencias que no son tan visibles como: comunicación, liderazgo, adaptación, criterio tecnológico y sensibilidad frente a las diferencias individuales. El liderazgo es esencial para que ningún proceso dependa de que el entrenador sea la figura central, sino de dar instrucciones claras y que comprendan lo que se esta buscando para asumir responsabilidades. Explicar, escuchar y revisar las propias decisiones.



Los abordajes de la inteligencia artificial expuestas en las jornadas del evento dieron ejemplos de utilizar herramientas nuevas que ayude a resolver un problema real y usarla de manera responsable y ética. En cuanto al tema de inclusión, se pueden adaptar intervenciones que no disminuya su calidad, sino planificarlas de acuerdo con las necesidades.

En el componente investigativo, la experiencia me recordó la necesidad de diferencia una idea sin sustento investigativo a una afirmación respaldada de evidencia científica. Se pueden generar varias preguntas que el profesional deberá analizar a partir de literatura u artículos, para lograr convertir conocimientos respaldados científicamente.



8. Referencias

Claudino, J. G., Capanema, D. O., de Souza, T. V., Serrão, J. C., Pereira, A. C. M., & Nassis, G. P. (2019). Current approaches to the use of artificial intelligence for injury risk assessment and performance prediction in team sports: A systematic review. *Sports Medicine - Open*, 5, 28.
<https://doi.org/10.1186/s40798-019-0202-3>

Impellizzeri, F. M., Menaspà, P., Coutts, A. J., Kalkhoven, J., & Menaspà, M. J. (2020). Training load and its role in injury prevention, Part I: Back to the future. *Journal of Athletic Training*, 55(9), 885-892. <https://doi.org/10.4085/1062-6050-500-19>

Universidad Santo Tomás. (2026). II Cumbre de Visionarios Bucaramanga 2026: Speakers y agenda. <https://cumbredevisionarios.usta.edu.co/>

Weakley, J., Mann, B., Banyard, H., McLaren, S., Scott, T., & García-Ramos, A. (2021). Velocity-based training: From theory to application. *Strength & Conditioning Journal*, 43(2), 31-49. <https://doi.org/10.1519/SSC.0000000000000560>

Barrera Santana, E. R. (2026). Apuntes personales tomados durante la II Cumbre de Visionarios, 17 y 18 de septiembre de 2026 [Material no publicado].



Haddad, M., Stylianides, G., Djaoui, L., Dellal, A., & Chamari, K. (2017). Session-RPE method for training load monitoring: Validity, ecological usefulness, and influencing factors. *Frontiers in Neuroscience*, 11, 612. <https://doi.org/10.3389/fnins.2017.00612>

Impellizzeri, F. M., McCall, A., Ward, P., Bornn, L., & Coutts, A. J. (2020). Training load and its role in injury prevention, Part 2: Conceptual and methodologic pitfalls. *Journal of Athletic Training*, 55(9), 893–901. <https://doi.org/10.4085/1062-6050-501-19>



9. Anexos

9.1. Credencial de participación



9.2. Evidencias Fotográficas

