

6. REFERENCIAS

Artioli, G., Franchini, E., Nicasastro, H., Sterkowicz, S., Solis, M., & Lancha, A. (2010). The need of a weight management control program in judo: a proposal based on the successful case of wrestling. J Int Soc Sports Nutr, 7(1), 15.

<http://dx.doi.org/10.1186/1550-2783-7-15>

Peniche Zeevaert, C. & Boullosa Moreno, B. Nutrición aplicada al deporte. Págs 105, 151-188.

Brito, C., Castro Martins Roas, A., Souza Brito, I., Bouzas Marins, J., Córdova, C., & Franchini, E. (2012). Methods of Body-Mass Reduction by Combat Sport Athletes. International Journal Of Sport Nutrition And Exercise Metabolism, 22, 89-97.

Franchini, E., Brito, C., & Artioli, G. (2012). Weight loss in combat sports: physiological, psychological and performance effects. J Int Soc Sports Nutr, 9(1), 52.

<http://dx.doi.org/10.1186/1550-2783-9-52>

World Taekwondo Federation (2015). Competition rules & interpretation.

Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (s.f.) Conceptos básicos de nutrición e hidratación. Manual del entrenador.

López Rodríguez, J. (2004). La hidratación en la actividad física. Revista Digital Buenos Aires, (73). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd73/hidrat.htm>

Kreider, R., Almada, A., Antonio, J., Broeder, C., Earnest, C., & Greenwood, M. et al. (2004). ISSN Exercise & Sport Nutrition Review: Research & Recommendations. J Int Soc Sports Nutr, 1(1), 1. <http://dx.doi.org/10.1186/1550-2783-1-1-1>

Thibodeau, P. (2013). Anatomía y fisiología (8th ed., pp. 877-880). Barcelona, España: Elsevier España.

Morales, S., Morales, S., & perfil, V. (2015). Libros, Taekwondo y Mucho Más!: Hidratación en el Taekwondo. Libros-apuntes.blogspot.mx. Recuperado 19 October 2015, de <http://libros-apuntes.blogspot.mx/2015/04/hidratacio-en-el-taekwondo.html>

Armstrong, L., Johnson, E., Kunces, L., Ganio, M., Judelson, D., & Kupchak, B. et al. (2014). Drinking to Thirst Versus Drinking Ad Libitum During Road Cycling. Journal Of Athletic Training, 49(5), 624-631. <http://dx.doi.org/10.4085/1062-6050-49.3.85>

Glulet, E. (2015). Efecto de la Deshidratación Inducida por el Ejercicio sobre el Rendimiento de Resistencia: Evaluación del Impacto de los Protocolos de Ejercicio sobre los Resultados Mediante un Procedimiento de Meta-Análisis. Publice Premium. Recuperado de <http://g-se.com/es/fisiologia-del-ejercicio/articulos/efecto-de-la-deshidratacion-inducida-por-el-ejercicio-sobre-el-rendimiento-de-resistencia-evaluacion-del-impacto-de-los-protocolos-de-ejercicio-sobre-los-resultados-mediante-un-procedimiento-de-meta-analisis-1795>

Herrero Alonso, J., González Boto, R., & García López, D. (2003). La hidratación del deportista. Revista Digital Buenos Aires, (66). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd66/hidrat.htm>

Juncos, P. (2013). Hidratación y actividad física. Red Nacional actividad física y desarrollo humano. Recuperado 25 April 2016, de http://www.redaf.gob.ar/articulos/hidratacion-actividad-fisica_320c.pdf

Palacios Gil Antuñano, N., Franco Bonafonte, L., Manonelles Marqueta, P., Manuz Gonzalez, B., & Villegas Garcia, J. (2008). Consenso sobre bebidas para el deportista.Composicion y pautas de reposicion de liquidos. Documento de consenso de la Federacion Española de Medicina del Deporte. España: Federacion Espanola de Medicina del Deporte.

Cleary, Michelle A., I. (2012). Hydration Behaviors Before and After an Educational and Prescribed Hydration Intervention in Adolescent Athletes. Journal Of Athletic Training, 47(3), 273. Recuperado de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3392157/>

Hidratacion.galeon.com,. Capítulo 1: Bebidas hidratantes. Recuperado 19 October 2015, de <http://hidratacion.galeon.com/productos477808.html>

[Shirrefs S, Maughan RJ. \(2001\) Waterturnover and regulation of fluid balance. In: Maughan RJ, Murray R, editors. Sports drinks: basic science and practical aspects. Boca Raton, FL: CRC Press.](#)

Bebidas isotónicas. (2004). Consumer. Recuperado de <http://revista.consumer.es/web/es/20040701/pdf/analisis.pdf>

www.sportsdietitians.com.au,. (2009). Sports Dietitians Australia. Recuperado 19 October 2015, de <https://www.sportsdietitians.com.au/wp-content/uploads/2015/04/Sports-Drinks.pdf>

Vigliar, R., Sdepanian, V., & Fagundes-Neto, U. (2006). Biochemical profile of coconut water from coconut palms planted in an inland region. J Pediatr (Rio J), 82(4), 308-312. <http://dx.doi.org/10.2223/jped.1508>

Prades, A., Dornier, M., Diop, N., & Pain, J. (2012). Coconut water uses, composition and properties: a review. Fruits, 67(2), 87-107. <http://dx.doi.org/10.1051/fruits/2012002>

Coronel Carvajal, C. (2003). Agua de coco: Una solución alternativa en la terapia de rehidratación oral. Revista Mexicana De Pediatría, (70), pp 118-122. Recuperado de <http://www.medigraphic.com/pdfs/pediat/sp-2003/sp033c.pdf>

Fernández-Elías, V., Martínez-Abellán, A., López-Gullón, J., Morán-Navarro, R., Pallarés, J., De la Cruz-Sánchez, E., & Mora-Rodriguez, R. (2014). Validity of Hydration Non-Invasive Indices during the Weightcutting and Official Weigh-In for Olympic Combat Sports. Plos ONE, 9(4), e95336. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0095336>

Suverza Fernández, A., Haua Navarro, K., & Gómez Simón, I. (2010). El ABCD de la evaluación del estado de nutrición. México, D. F: McGraw-Hill.

Llames, L., Baldomero, V., Iglesias, M., & Rodota, L. (2013). Valores del ángulo de fase por bioimpedancia eléctrica; estado nutricional y valor pronóstico. In Nutrición Hospitalaria. Buenos Aires, Argentina.

Napoli, O., & Pagani, J. (2011). Evaluación de la tasa de sudoración y pérdida de peso durante el entrenamiento. Revista Electrónica De Ciencias Aplicadas Al Deporte, (15). Recuperado de <http://file:///C:/Users/Mar%C3%ADaJos%C3%A9/Downloads/15-47-1-PB.pdf>

Armstrong, L., Johnson, E., McKenzie, A., & Muñoz, C. (2013). Interpreting common hydration biomarkers on the basis of solute and water excretion. European Journal Of Clinical Nutrition, 67(3), 249-253. <http://dx.doi.org/10.1038/ejcn.2012.214>

García Jiménez, J., Yuste, Juan L. (2010). Tasa de sudoración y niveles de deshidratación en jugadores profesionales de fútbol sala durante competición oficial. Archivos De Medicina Del Deporte, (140). Recuperado de http://femede.es/documentos/Original_sudoracion_457_140.pdf

Ejercicio y reposición de líquidos. (2007). Medicine & Science In Sports & Exercise, 39(2). Recuperado de https://www.acsm.org/docs/translated-position-stands/S_fluid_replacement_2007.pdf

Minton, D., O'Neal, E., & Torres-McGehee, T. (2014). Agreement of Urine Specific Gravity Measurements Between Manual and Digital Refractometers. Journal Of Athletic Training, 141208072707009. <http://dx.doi.org/10.4085/1062-6050-49.3.47>

Bellingham + Stanley, (2016). Refractómetros de mano e instrumentación óptica. Recuperado 2 February 2016, de http://www.bellinghamandstanley.com/general_pdfs/Hand_Held_Refractometers_Optical_

Extech instruments,. (2016). Manual del usuario. Refractómetro portátil para salinidad con CAT. Recuperado 2 February 2016, de http://www.flir.com/uploadedFiles/Extech/US_Datasheets/Lab_Instruments/Refractometers/RF20_UM_sp.pdf

Kraemer, W.J., Fry, A.C., Rubin, M.R., Triplett- McBride (2001). Physiological and performance responses to tournament wrestling. Medicine & Science in Sports & Exercise.

Rhyu, H., Cho, S., & Roh, H. (2014). The effects of ketogenic diet on oxidative stress and antioxidative capacity markers of Taekwondo athletes. Journal Of Exercise Rehabilitation, 10(6), 362-366. <http://dx.doi.org/10.12965/jer.140178>

Rhyu, H. & Cho, S. (2014). The effect of weight loss by ketogenic diet on the body composition, performance-related physical fitness factors and cytokines of Taekwondo athletes. Journal Of Exercise Rehabilitation, 10(5), 326-331. <http://dx.doi.org/10.12965/jer.140160>

Bosy-Westphal A, Danielzik S, Dörhöfer RP, Later W, Wiese S, Müller MJ (2006) Phase angle from bioelectrical impedance analysis: population reference values by age, sex, and body mass index. JPEN J Parenter Enteral Nutr; 30 (4): 309-16. PubMed PMID: 16804128. 3.

Barbosa-Silva MC, Barros AJ, Wang J, Heymsfield SB, Pierson RN Jr. (2005). Bioelectrical impedance analysis: population reference values for phase angle by age and sex. Am J Clin Nutr; 82 (1): 49-52. PubMed PMID: 16002799

Labtest. (2016). Informe técnico. La tira reactiva en el examen de orina. Recuperado 2 February 2016, de http://file:///C:/Users/Mar%C3%ADaJos%C3%A9/Downloads/boletim_internacional_041.pdf

Vanderbilt University Medical Center Point of Care Testing,. (2010). Multistix 10 sq urine reagent strip visual procedure.

Manual seca 515/514 (2016). Instrucciones de uso para medicos y asistentes. Recuperado 2 February 2016, de http://www.seca.com/fileadmin/documents/manual/seca_man_514_515_ES_1.1.pdf

Tanita.eu,. (2016). Tanita Ironman BC-1500 Body Composition Monitor. Recuperado 2 February 2016, de <http://tanita.eu/products/segmental-body-composition-monitors/bc-1500>

Chemical analysis of Urine. (2016) (1st ed., pp. 35-41).

Complete urinalysis. (2016). Highlands.edu. Recuperado 25 April 2016, de <http://www.highlands.edu/academics/divisions/scipe/biology/labs/cartersville/2122/urinal>

Quesada Chanto, A. (2016). Urianálisis (1st ed., pp. 3- 10). Recuperado de: <http://www.medicos.sa.cr/web/documentos/EMC%202013/Urianalisis.pdf>

Urinalysis Examinations: Urine Test; Urine Analysis; UA | Lab Tests Online. (2016). Labtestsonline.org. Recuperado 25 April 2016, de <https://labtestsonline.org/understanding/analytes/urinalysis/ui-exams/start/1#ketones>

Pérez Unanua, M., Roiz Fernández, J., & Diazaraque Marín, R. (2001). Rabdomiolisis inducida por el ejercicio. Medifam, 11(9). <http://dx.doi.org/10.4321/s1131-57682001000900008>

Ortega Morales, A. (2011). Actualización en rabdomiolisis. Artículo de revisión. Recuperado 30 April 2016, de <http://www.spao.es/documentos/boletines/pdf-boletin-seccion-18-secciones-41685.pdf>

Asociación Mexicana de Diabetes. (2016). Amdiabetes.org. Retrieved 25 April 2016, from (<http://www.diabetes.org/es/vivir-con-diabetes/tratamiento-y-cuidado/el-control-de-la-glucosa-en-la-sangre/anlisis-de-cetonas.html?referrer=https://www.google.com.mx/>)

Cavagnaro, F. (2016). Manual de Pediatría. Escuela.med.puc.cl. Recuperado 25 April 2016, de <http://escuela.med.puc.cl/paginas/publicaciones/manualped/AnalOrina.html>

Urdampilleta, A., Martínez- Sanz, J., & Cejuela, R. (2012). Indicadores del rendimiento deportivo: aspectos psicológicos, fisiológicos, bioquímicos y antropométricos. Efdeportes.com. Recuperado 25 April 2016, de <http://www.efdeportes.com/efd173/indicadores-del-rendimiento-deportivo.htm>

Examen del pH de la orina. (2016). University of Maryland Medical Center. Recuperado 25 April 2016, de <http://umm.edu/health/medical/spanishency/articles/ph-de-la-orina>

Commendatore, V. & Costa Gil, J. (2016). Automonitoreo y monitoreo de glucosa y cetonas en la persona con diabetes. Recuperado 25 April 2016, de <http://www.diabetes.org.ar/wpcontent/uploads/2015/02/DocumentodeOpinionesyRecomendacionesMoniteo.pdf>

Tlatoa Ramírez, H., López López, J., Luna Blas, H., Aguilar Becerril. (2014). Proteinuria inducida por ejercicio físico. Revista De Medicina E Investigación, 02(02), 141-145. Retrieved from <http://www.elsevier.es/es-revista-revista-medicina-e-investigacion-353-articulo-proteinuria-inducida-por-ejercicio-fisico-90360380>

Martínez Abellán, A. (2013). Efectos de las pérdidas de peso y la deshidratación en deportes de combate: una revisión. Revista Euroamericana De Ciencias Del Deporte.

Wroble RR, Moxley DP: (1998) Weight loss patterns and success rates in high school wrestlers. Med Sci Sports Exerc, 30:625–628.

Horswill CA, Scott JR, Dick RW, Hayes J. (1994) Influence of rapid weight gain after the weigh-in on success in collegiate wrestlers. Med Sci Sports Exerc, 26:1290–1294.