

## Bicicletas personalizadas para mejorar el rendimiento y evitar lesiones

LOCALIZACIÓN: ErgoSport, Granada.

DURACIÓN: 1'40"

**RESUMEN:** Investigadores del departamento de Educación Física y Deportiva de la Universidad de Granada han diseñado un modelo que permite fabricar bicicletas personalizadas a cada usuario, con el objetivo de mejorar su rendimiento deportivo y evitar lesiones. Un método pensado para ciclistas profesionales y también amateurs que adapta la herramienta a la persona.

### VTR:

Conseguir mejorar el rendimiento y evitar lesiones en los ciclistas. Esto se consigue con un nuevo método que han diseñado investigadores de la Universidad de Granada que permite fabricar bicicletas personalizadas o adaptar si es posible las que ya tengan los usuarios.

**MIKEL ZABALA**  
Investigador Universidad de Granada

*"Utilizar la ergonomía, la ciencia que estudia el trabajo para adaptar las herramientas a la persona y que ésta pues trabaje de forma mucho más cómoda y rindiendo más".*

Lo primero es conocer más al deportista, a través de una pequeña entrevista y varias exploraciones y pruebas físicas y psicológicas.

**FRANCISCO JAVIER DAFOS**  
Director de ErgoSport

*"Qué problemas tiene, si tiene algún tipo de patología, sus molestias, sus sensaciones sobre la bicicleta".*

Después se realizan pruebas en un ergómetro, una máquina para pedalear al tiempo que se miden multitud de parámetros y variables.

**FRANCISCO JAVIER DAFOS**  
Director de ErgoSport

*"Las distintas angulaciones corporales que nos interesan y las fuerzas que va ejerciendo durante el pedaleo".*

**MIKEL ZABALA**  
Investigador Universidad de Granada

*"Si no preservamos la salud, hablar de rendimiento es tontería. Normalmente cuando uno va cómodo, cuando todo es ergonómico, además de preservar la salud se rinde más. Y hay un tercer objetivo que no es desdeñable que es gastar el dinero bien".*

Todos los datos que obtienen se intentarán trasladar después a la bicicleta del deportista. Cambios que se pueden traducir, por ejemplo, en el tipo o la altura del sillín, la anchura del manillar, o la longitud de las bielas, el elemento que transmite la potencia desde los pedales a los platos.

**MIKEL ZABALA**  
Investigador Universidad de Granada

*"Cambios mínimos que suponen mucho, y otras veces son cambios más drásticos, no solo en la herramienta, sino también a veces en el entrenamiento o en la nutrición".*

El grupo de investigación de la Universidad de Granada que encabeza Mikel es el único de toda España que trabaja desde el ámbito universitario en la personalización de bicicletas desde un punto de vista científico e integral.