

## **El CAR de Madrid cuenta con una cámara de hipoxia para preparar a los deportistas para los Juegos de Río**

**El Centro de Alto Rendimiento de Madrid dispone desde hace semanas de una cámara de hipoxia otorgada por Fundación Deporte Joven que ha servido para que los deportistas de complementen sus entrenamientos de cara a la cita de Brasil**

El Centro de Alto Rendimiento del Consejo Superior de Deportes en Madrid ha incorporado una cámara de hipoxia que, desde hace semanas, ha servido a los deportistas de élite para complementar su preparación de cara a su participación en los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro. La Fundación Deporte Joven, presidida por Miguel Cardenal, ha dotado a las instalaciones de este sistema, en su deseo de contribuir a mejorar la actividad de los deportistas de alto nivel.

La cámara de hipoxia es utilizada por muchos deportistas como elemento simulador de altitud, lo que ayuda a mejorar el rendimiento. Este sistema favorece que el cuerpo humano mejore la producción de glóbulos rojos en la médula ósea, mejorando el transporte de oxígeno al músculo y aumentando la resistencia, ayudando a recuperarse mejor de los entrenamientos y a mejorar la capacidad oxidativa de las células.

Entre los deportistas que han utilizado esta cámara, destaca Carolina Marín, doble campeona del Mundo y de Europa de bádminton.

El contenido de este comunicado fue publicado primero en la página web del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte

### **Datos de contacto:**

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Nacional](#) [Madrid](#) [Tenis](#) [Otros deportes](#)