

## РЕЗОЛЮЦИЯ

международной научно-практической конференции  
«На пути к Токио», посвященной 5-летию РНПЦ спорта  
27 сентября 2019 года, РНПЦ спорта, Минск

27 сентября 2019 года в государственном учреждении «Республиканский научно-практический центр спорта» согласно приказу Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 19.09.2019 № 544, приказу директора государственного учреждения «Республиканский научно-практический центр спорта» от 11.09.2019 № 157 состоялась международная научно-практическая конференция «На пути к Токио», посвященная 5-летию РНПЦ спорта.

Организаторами научно-практического семинара выступили: Министерство спорта и туризма Республики Беларусь, государственное учреждение «Республиканский научно-практический центр спорта.

Участниками стали 200 человек: представители Министерства спорта и туризма Республики Беларусь, представители Министерства здравоохранения Республики Беларусь, Высшей аттестационной комиссии Республики Беларусь, Республиканского клинического медицинского центра, унитарного предприятия «Белфармация», унитарного предприятия «Белмедтехника», Института физиологии Национальной академии наук Беларуси, Института цитологии и генетики Национальной академии наук Беларуси, Национального антидопингового агентства, училищ олимпийского резерва, СДЮШОР, спортивных диспансеров регионов, Республиканских центров олимпийской подготовки по видам спорта, национальных команд, Белорусской медицинской академии последипломного образования, учреждений высшего образования (Белорусского государственного университета физической культуры, Белорусского государственного медицинского университета, Полесского государственного университета, Белорусского национального технического университета), РНПЦ спорта.

В работе международной научно-практической конференции приняли участие эксперты, развивающие спортивную науку и спортивную медицину в Республике Беларусь и Российской Федерации.

Участники конференции обсудили широкий круг климато-географических аспектов адаптации в Токио, иммунологической защиты, профилактики спортивного травматизма, питания и питьевого режима спортсменов, антидопинговых правил, применимых на играх и др.

В представленных докладах нашли отражение следующие вопросы:

климато-географические исследования европейских и японских ученых, адаптация к длительному авиаперелёту, предрасполагающие факторы возникновения острых осложнений венозной недостаточности нижних конечностей, иммунитет спортсменов, факторы способствующие снижению иммунной защиты у спортсменов, роль пробиотиков в формировании иммунной защиты у спортсменов, механизмы формирования иммунологической защиты с помощью дотации препаратов внутривенного иммуноглобулина, оценка дегидратации в спорте, использование моликсана в спорте, основные аспекты рационального питания спортсменов, комментарии консенсуса МОК и ВОЗ, роль коротких пептидов в нутритивном обеспечении спортсменов, биомеханический контроль двигательных действий в профилактике травматизма спортсменов, риски и предупреждение нарушений антидопинговых правил.

**Участники конференции** познакомились с классификацией теплового стресса для человека из Центральной Европы, данными метеорологических наблюдений в Токио в период с 22 августа 1966 года по 1 июня 2018 года, данными индекса температуры земного шара по психрометру WBGT за период с 24 июля по 9 августа с 2008 по 2017 г. в Токио, стратегиями по предотвращению теплового стресса, представленными Министерством охраны окружающей среды Японии, рекомендациями врачей по соблюдению основных правил и требований при длительном перелете, причинами возникновения острых осложнений венозной недостаточности нижних конечностей, профилактикой «тромбоза путешественников», научно обоснованной информацией,

соответствующей принципам «доказательной медицины» и Кодексу WADA, классификацией БАД согласно Консенсусу МОК, принципами построения рационов питания спортивных команд и отдельных спортсменов (согласно ACSM), алгоритмом применения международных рекомендаций при составлении рациона питания спортсменов, аспектами определения гипо- и дегидратации у лиц, регулярно занимающихся спортом, оценкой гидратационного статуса, содержания электролитов в поте и слюне, оценкой динамических параметров движений, опорных взаимодействий, оптическим «захватом» спортивных движений, факторами способствующими снижению иммунной защиты у спортсмена, практическими рекомендациями по подготовке к олимпийским играм спортсменов, особенностями адаптации спортсменов, специализирующихся в гребле и художественной гимнастике в условиях Токио (опыт пребывания на предолимпийской неделе).

**Участники конференции отметили:**

- Опыт многолетних исследований климатических особенностей в Токио.
- Программу профилактики недостаточности венозного кровообращения нижних конечностей для спортсменов при длительных авиаперелетах.
- Критерии объективной оценки эффективности программы питания.
- Алгоритм и средства регидратации спортсменов.
- Фазы изменения и возможности коррекции иммунной системы спортсменов.
- Возможности тренировки спортсменов в режиме биологической обратной связи с использованием ЭМГ.

**Участники конференции** согласовали общую научную и практико-ориентированную позицию в понимании основных направлений подготовки методических рекомендаций по адаптации спортсменов к условиям проведения летних Олимпийских игр 2020 года в Токио и выработали следующие **РЕКОМЕНДАЦИИ:**

– Продолжить работу по подготовке материалов для методических рекомендаций по адаптации спортсменов к условиям проведения летних Олимпийских игр 2020 года в Токио с заинтересованными организациями. Срок представления методических рекомендаций – 10.12.2019.

– Совместно с Полесским государственным университетом и Институтом физиологии Национальной академии наук Беларуси разработать программу комплексной профилактики недостаточности венозного кровообращения нижних конечностей для спортсменов при длительных авиаперелетах. Срок – до 25.11.2019.

– Совместно с государственным учреждением образования «Белорусская медицинская академия последипломного образования» разработать алгоритм регидратации, пищевые стратегии для углеводов и потребления жидкости для спортсменов в условиях пребывания в Токио, варианты коррекции рациона спортсмена с учетом вида спорта, эффективности нутриента, индивидуальных задач и индивидуальных реакций на факторы внешней среды. Срок – до 25.11.2019.

– Разработать критерии оценки качества медицинского обеспечения подготовки спортсменов по видам спорта на международных соревнованиях и Олимпийских играх с учетом фармакологического и физиотерапевтического сопровождения. Срок – до 25.11.2019.

– Организовать проведение иммунизации спортсменов-кандидатов на участие в Олимпийских играх на базе РНПЦ спорта за счет средств РЦОПов, федераций по видам спорта с 04.11.2019.

– Организовать проведение обследований спортсменов-кандидатов на участие в Олимпийских играх на индивидуальную устойчивость к гипоксии (по заявкам врачей национальных команд; при наличии у РНПЦ спорта дополнительного финансирования).