



UNIVERSIDAD  
DE GRANADA

## CONDICIONES PREVIAS

Aquí le presentamos una serie de consideraciones que deberá tener en cuenta **dos días antes** de cada condición a la que asista. Tome especial nota que **esta sesión se realizará en el Centro de Investigación Mente, Cerebro y Comportamiento (CIMCYC)**.

### Por ejemplo, ¿hay algo que no pueda hacer 48h previas a la prueba?

- **No puede realizar actividad física vigorosa.** Estas actividades son aquellas que requieren de un esfuerzo alto y a una alta intensidad, como salir a correr, hacer caminatas de competición, jugar al tenis, practicar ciclismo o natación.

### ¿Y qué pasa 24 horas antes de la prueba?

- **No tomar** cualquier tipo de estimulante, **azúcar, cafeína, teína o similar** (café, coca cola, té o nestea).
- **No realizar actividad física moderada.** Estos son actividades que requieren de un esfuerzo moderado, pero son de menor intensidad que las “vigorosas”, como salir a correr o tenis.
- **No consumir alcohol** o consumir drogas.
- **Dormir** la noche anterior la **cantidad de horas habitual** y en la misma franja horaria.
- **Tómese sus pastillas diarias habituales con agua.**
- La **última ingesta de comida** debe realizarse con 12h de antelación y por tanto su última comida debe realizarse antes de las 21:40 de la noche.

DÍA Y HORA SESION 1					
Día	Fecha			Hora	
Lunes	<input type="text" value="1"/> <input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="0"/> <input type="text" value="6"/>	<input type="text" value="2"/> <input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="0"/> <input type="text" value="9"/>	<input type="text" value="2"/> <input type="text" value="0"/>
	DÍA	MES	AÑO	HORAS	MINUTOS

DÍA Y HORA SESION 2					
Día	Fecha			Hora	
Lunes	<input type="text" value="1"/> <input type="text" value="7"/>	<input type="text" value="0"/> <input type="text" value="6"/>	<input type="text" value="2"/> <input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="0"/> <input type="text" value="9"/>	<input type="text" value="4"/> <input type="text" value="0"/>
	DÍA	MES	AÑO	HORAS	MINUTOS

DÍA Y HORA SESION 3					
Día	Fecha			Hora	
Lunes	<input type="text" value="2"/> <input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="0"/> <input type="text" value="6"/>	<input type="text" value="2"/> <input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="0"/> <input type="text" value="9"/>	<input type="text" value="4"/> <input type="text" value="0"/>
	DÍA	MES	AÑO	HORAS	MINUTOS

### ¿Qué hacer el día de la prueba?

- **No desayunar** por la mañana (**VENIR EN AYUNAS**). Recibirá un desayuno por parte del equipo AGUEDA.
- **No llevar objetos metálicos** tipo anillos, pendientes, collares, horquillas, sujetador metálico etc.
- Traer ropa deportiva y **sujetador deportivo (mujeres)** sin aros y corchetes, en caso de no disponer, se tendrá que quitar para la resonancia.
- **No fumar** por la mañana.



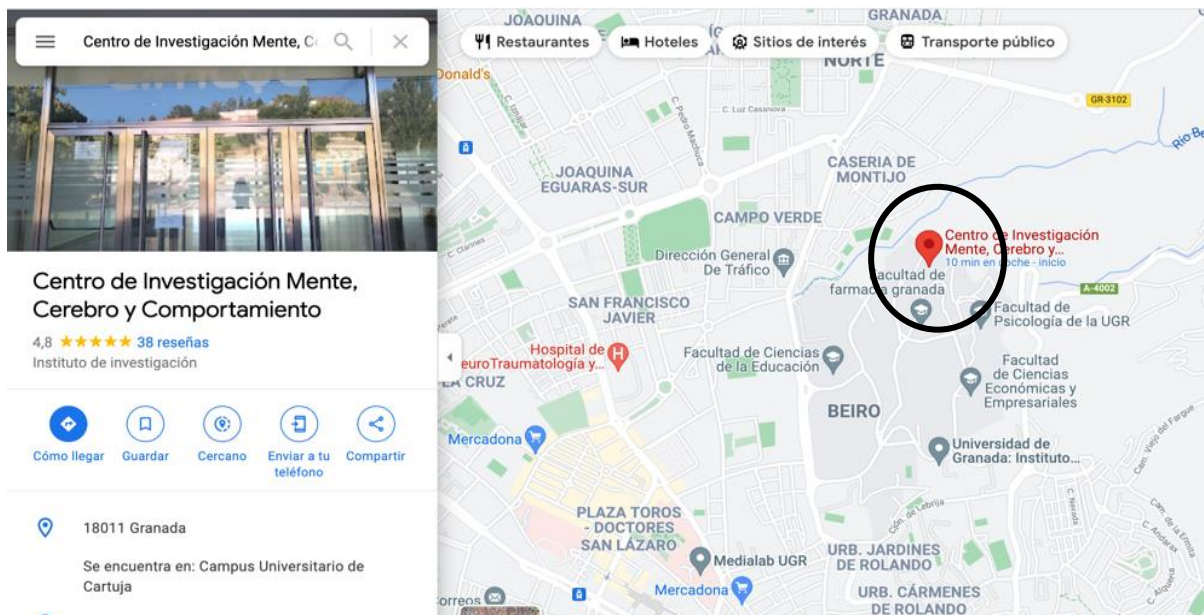
UNIVERSIDAD  
DE GRANADA

- En la medida de lo posible, **evitar cualquier tipo de actividad física** durante la mañana de la prueba, tales como subir o bajar escaleras, andar rápido o correr.
- **Llevar las gafas o lentillas** en caso de que las use.
- **Traer una camiseta para cambiarse después de realizar el ejercicio.**
- **Esperar en la puerta principal a que un coordinador le reciba.**

### ¿Cómo llegar al Centro de Investigación Mente, Cerebro y Comportamiento (CIMCYC)?

Campus de la Cartuja, s/n. C.P. 18071, Granada (España)

**Autobuses:** 8, U3.



### ¿Alguna información adicional?

Como sabe queremos agradecerle su participación en el proyecto con un pequeño aporte económico de 30 euros. Por ello necesitaremos que en cualquiera de estas visitas nos entregue esta documentación:

- **Fotocopia de su DNI**
- **Número de cuenta bancaria en el que desea que se le realice el ingreso**