

GE S D E P

REVISTA

NÚMERO 57 - FEBRERO 26



30 AÑOS DE
UNA CURIOSA
HISTORIA

CARBOHIDRATOS Y
COMPETICIÓN

SCOUTING DE
JUGADORES/AS

CONFIRMACIÓN DE
CONVOCATORIAS
DESDE LA APP



Tres décadas de evolución: desde el césped hasta la nube

Lo que hoy conocemos como Gesdep nació hace 30 años de la mano de José Sánchez, quien diseñó una herramienta específica para sus entrenamientos en las categorías inferiores de la U.D. Las Palmas. Lo que empezó casi por azar se convirtió en Gestión Deportiva, un proyecto que ha evolucionado visual y técnicamente desde sus primeros menús hasta la actual versión 3.0, y que lo seguirá haciendo con la 4.0 que (por fin) verá la luz en 2026.

Un punto de inflexión clave ocurrió en 2011, cuando celebramos nuestro salto al entorno online. Subirnos a "la nube" no fue solo una decisión estratégica, sino el motor que nos permitió proyectarnos globalmente. Gracias a esta conectividad, usuarios de todo el mundo han aportado sugerencias que, una vez implementadas, han enriquecido la experiencia de esta gran comunidad.

Gesdep es un organismo vivo que crece gracias al apoyo que va desde clubes muy humildes hasta clubes de élite, y miles de entrenadores de manera individual. Nos encantaría seguir mejorando y perfeccionando la aplicación con el fin de que cualquier club pueda centralizar toda su gestión en un solo lugar. Como muestra de este largo camino, les compartimos nuestra primera interfaz: una verdadera joya para nosotros, por el valor que tiene, y porque marcó el inicio de todo.



Primera versión de escritorio, 1996

Lo primero que se hizo fue una versión exclusivamente deportiva, aunque la foto arriba utilizada muestra las primeras incursiones en la parte administrativa. ¡Ya ni siquiera tenemos imágenes de aquel primer embrión!

Se puede decir que aquí empezó todo. Hay que tener en cuenta que era el único software que había en España para el control y gestión de clubes deportivos con parte técnica y administrativa. Esto hizo que despertara la curiosidad de muchos entrenadores, que empezaron a probarla antes incluso de ser comercializada.

Realmente no pretendíamos ser una empresa. Se trataba de una herramienta creada por José Sánchez para mejorar su trabajo en la cadena de filiales de la UD Las Palmas. Si existe algún caso en el que una empresa se crea sola y sin esperarse, ese es Gestión Deportiva.

Cuando empezamos a creernos que esto tenía futuro, vimos que había mucho por mejorar, aprender, aplicar conocimientos de mucha gente. Había mucho trabajo por delante.

Ya no valía cualquier cosa, tratamos de profesionalizarnos, por lo que lanzamos tres versiones posteriores de Gesdep. Todas aún de escritorio, o sea, en local.



Segunda versión de escritorio, 1999

Fue en el cambio de siglo cuando empezaron a ocurrir cosas inesperadas, sorpresas muy agradables. Por un lado, la UD Las Palmas se consolidaba como cliente (aún lo sigue siendo). Patricio Viñayo, Luis Helguera, Toni Cruz, Diosdado Bolaños, Paquito Ortiz, ¡eternamente agradecidos con ustedes!

De repente nos empiezan a contactar personas y clubes que no nos creíamos. Era todo nuevo y asombroso: aquella llamada sorpresa de la Real Sociedad que acabó contratando nuestros servicios, José Ramón Sandoval cuando entrenaba al Rayo Vallecano B, Rafa Benítez en su época del CD Tenerife... Y como no, uno de nuestros grandes valedores, Miguel Ángel Gómez, que confió en nosotros para el Sevilla F.C., y para los posteriores clubes en los que ha trabajado.

Pero es imposible nombrarlos a todos... Hay muchos clubes de base, muy humildes, que están con Gesdep desde hace más de una década. Esto nos hace sentir especialmente orgullosos. ¡Gracias inmensas a todos por tantísima confianza!

También por aquella época empezamos a trabajar con clubes de Latinoamérica. Especial mención merece River Plate y Boca Juniors. Los dos grandes del fútbol argentino decidieron utilizar Gesdep, ¡un honor para nosotros! Algo más tarde fue el Sporting de Portugal quien nos llevó a sus instalaciones para poner en marcha Gesdep.

Todo esto era una motivación fantástica para seguir trabajando a tope en aquel niño que se hacía grande. Seguimos creando versiones que recogían las mejoras que nosotros creíamos interesantes para la aplicación, y muchas de las sugerencias que nos iban haciendo nuestros clientes.



Tercera versión de escritorio, 2006



Cuarta y última versión de escritorio, 2009

2011: el salto a la nube, el punto de inflexión de Gesdep

Pasar del programa en local al servicio en la nube (SaaS) fue uno de los momentos estelares de nuestra historia. Lo cambió todo; por fin Gesdep tenía una dimensión mundial.

Ahora era posible que el conocimiento de miles de usuarios de todo el mundo fluyera. De repente, la sugerencia de un entrenador en un rincón remoto de cualquier país se convertía en una mejora para otro club de cualquier otro extremo del mundo. Esto sí que ilustra el concepto de “universalización” de nuestro software.

El cambio fue arriesgado y profundo, pero funcionó, valió la pena, y con los años observamos que era la única vía. Fue una rampa de salida. Gesdep contaba en aquel entonces con bastante menos de la mitad de los apartados e informes de los que tiene en la actualidad. Pero ahí estaban los entrenadores y empleados de los clubes, que nos hacían partícipes de sus necesidades en el día a día de sus clubes. Así fue como crecimos entonces, y como lo seguimos haciendo a día de hoy.



Primera versión on-line, Gesdep 1.0. 2011



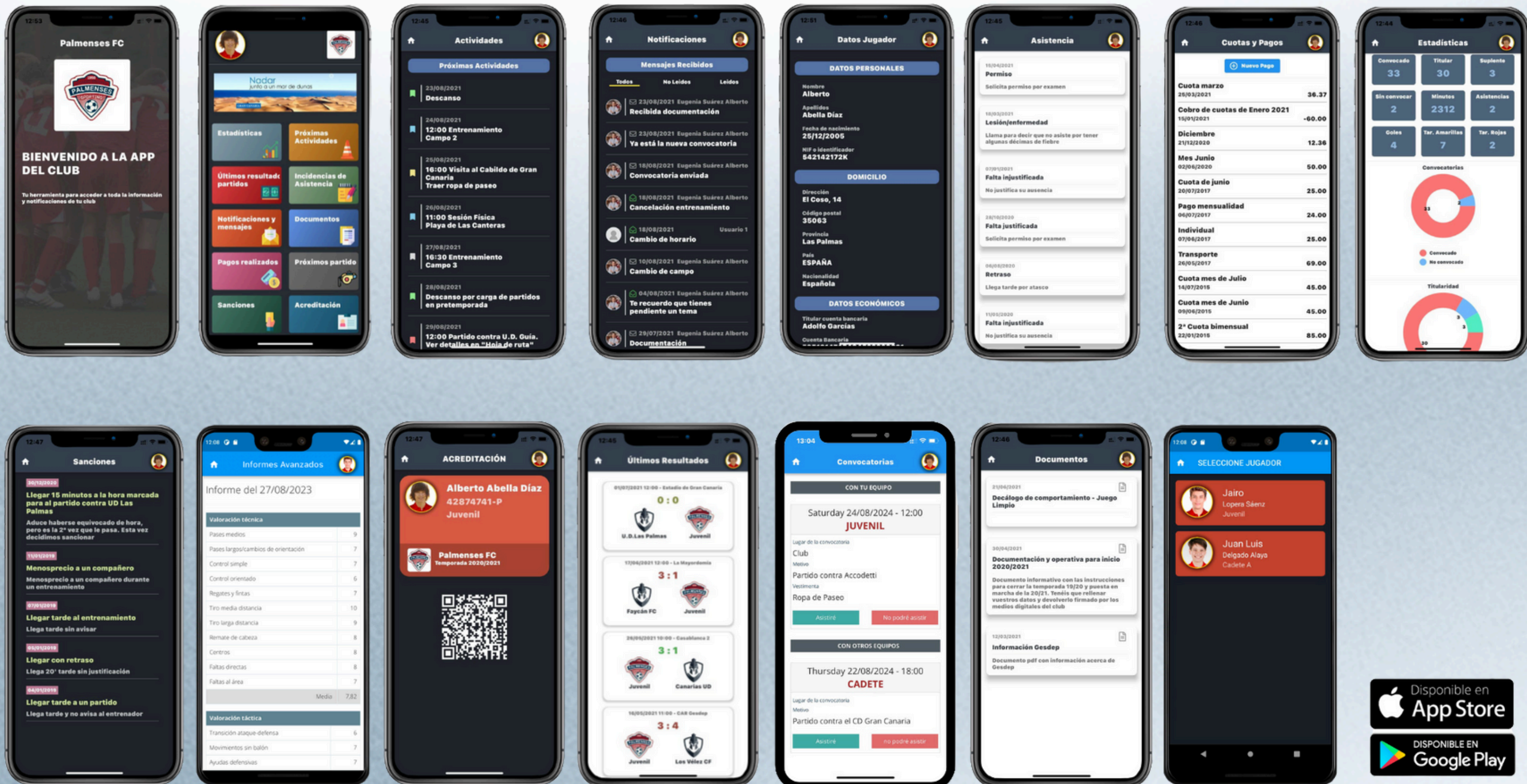
Segunda versión on-line, Gesdep 2.0. 2014

Y llegamos a la versión actual, y lo que está por venir....

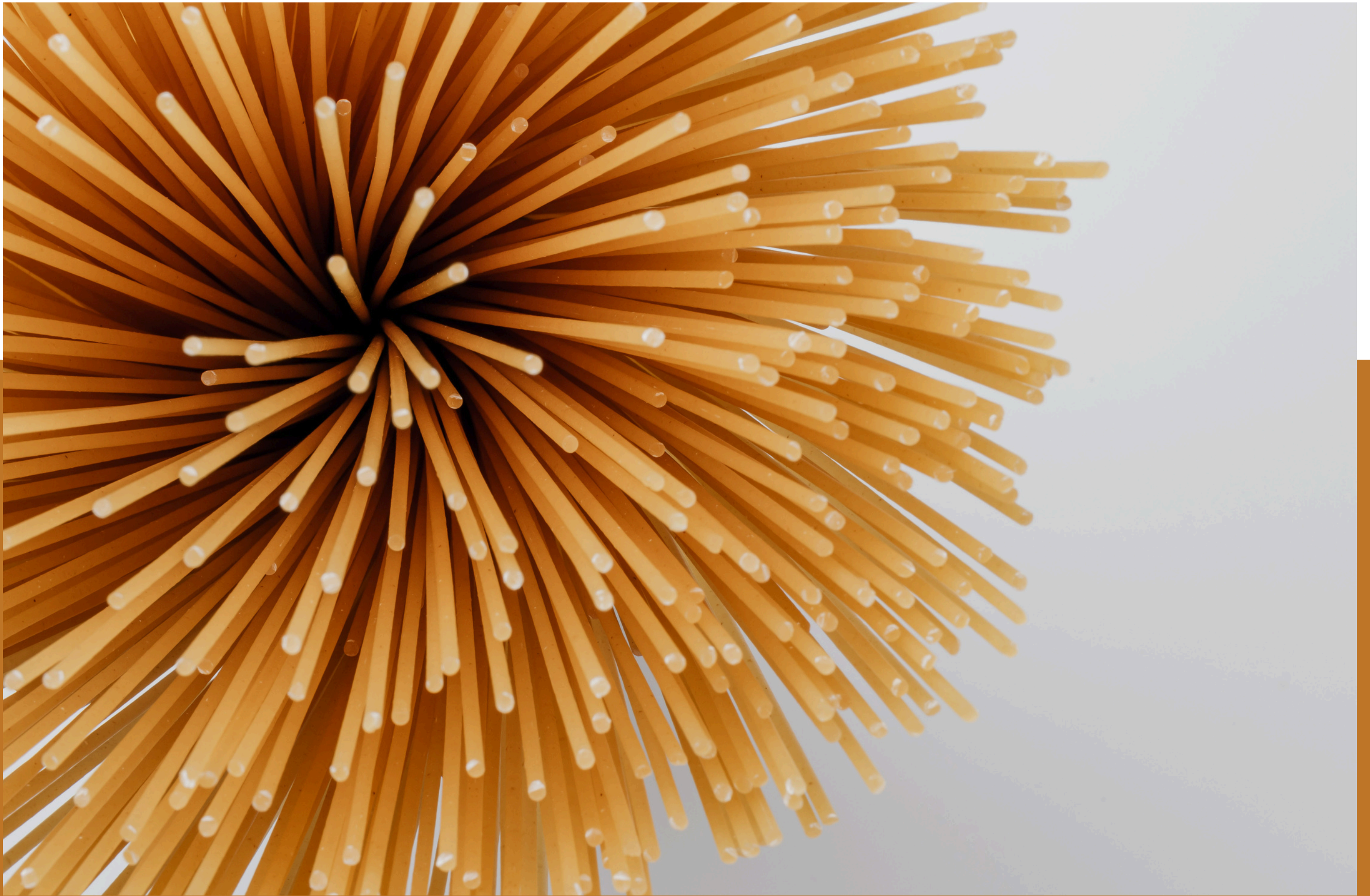
En 2021 lanzamos la versión 3.0. Desde entonces hemos ido actualizando sus funciones. Todas las mejoras están recogidas en “Gestión” - “Novedades”



Con posterioridad a dicho lanzamiento, incluimos la app de acceso para deportistas y familiares, Gesdep Salud, Gesdep Finance, web del club, GD Scout. Seguimos a tope, con la convicción de que la combinación entre una gran experiencia en el sector y la innovación constante, nos mantendrá vivos y con ganas de seguir aprendiendo, mejorando y siendo útiles para nuestros clubes.



CARBOHIDRATOS. EL COMBUSTIBLE DE LA VICTORIA



En el mundo del deporte, las modas nutricionales van y vienen. Sin embargo, más allá de las tendencias, existe una verdad fisiológica inamovible: los carbohidratos son la moneda de oro del rendimiento. Si alguna vez has sentido que tus piernas pesan como el plomo o que tu mente se nubla a mitad de un entrenamiento, probablemente te hayas encontrado con el límite de tus reservas de energía.

Para entender su importancia, imagina que tu cuerpo es un coche de alto rendimiento. Aunque el organismo puede usar grasas como combustible, los carbohidratos son la gasolina de 98 octanos.

Químicamente, los carbohidratos que ingerimos se transforman en glucosa, que viajan por la sangre para dar energía inmediata. Lo que no usamos al momento, se almacena en los músculos y el hígado en forma de glucógeno. Esta reserva es limitada, pero es la que nos permite movernos con explosividad y fuerza.

TAN IMPORTANTES... ¿SÍ O NO?

LA RELACIÓN ENTRE INTENSIDAD Y ENERGÍA

No todos los ejercicios queman lo mismo. Aquí es donde los carbohidratos dictan las reglas:

- **Baja intensidad** (Caminar o trote suave): tu cuerpo tiene tiempo de oxidar grasas para obtener energía.
- **Alta intensidad** (Correr, pesas, CrossFit, deportes de equipo): el cuerpo necesita energía rápida. La grasa es un proceso demasiado lento, por lo que el organismo recurre desesperadamente al glucógeno.

¡Regla de oro! Sin carbohidratos suficientes, es imposible mantener una intensidad alta. Tu "motor" simplemente se ahoga por falta de suministro rápido.

TIPO	FUENTES	FUNCIÓN PRINCIPAL
SIMPLES (RÁPIDOS)	FRUTA, MIEL, GELES, BEBIDAS DEPORTIVAS	ENERGÍA INSTANTÁNEA, IDEAL JUSTO ANTES DEL ESFUERZO
COMPLEJOS (LENTOS)	FRUTA, MIEL, GELES, BEBIDAS DEPORTIVAS	ENERGÍA SOSTENIDA, IDEAL PARA COMIDAS PRINCIPALES

EL FACTOR X: CARBOHIDRATOS EN LA COMPETICIÓN

Si en el entrenamiento los carbohidratos son tu combustible, en la competición son tu seguro de vida. La ciencia deportiva ha demostrado que la disponibilidad de glucógeno es el factor limitante número uno en el éxito deportivo.

- **La supercompensación:** muchos atletas realizan una "carga de hidratos" los días previos a una prueba. Al saturar los depósitos de glucógeno por encima de lo normal, aseguran una reserva extra para mantener ritmos que sus rivales no podrán aguantar.
- **Preservación del sistema nervioso:** El cerebro se alimenta casi exclusivamente de glucosa. Un deportista bien cargado toma mejores decisiones, tiene reflejos más rápidos y mantiene la voluntad intacta bajo presión.

El miedo a los carbohidratos es el mayor enemigo del progreso. No son solo comida; son el sistema operativo que mantiene tu cuerpo y mente funcionando al máximo nivel. Aprende a usarlos a tu favor y verás cómo tus marcas —y tu salud— empiezan a subir.



El ‘muro’ y la ‘pájara’. Cuando el tanque se vacía

En el running se habla del "muro" y en el ciclismo de la "pájara". Ambos términos describen un colapso físico y mental que ocurre cuando las reservas de glucógeno se agotan por completo.

- **La sensación:** No es un cansancio normal; es un choque total. Las piernas no responden, aparecen mareos y una negatividad extrema se apodera de la mente.
- **La causa:** el cuerpo humano solo puede almacenar unas 1600 - 2400 calorías de glucógeno. En un esfuerzo intenso, eso se agota en unos 90-120 minutos. Si tu prueba dura más que eso y no repones energía, el "muro" te estará esperando.

Estrategia de ‘timing’: ¿cuándo comer?

- **Antes (carga):** prioriza carbohidratos complejos 2-3 horas antes para llenar los depósitos.
- **Durante (mantenimiento):** en sesiones de más de 60-90 minutos, consume 30-90 gramos de carbohidratos simples por hora (geles o fruta).
- **Después (recuperación):** tus músculos están como una esponja. Es el momento de ingerir carbohidratos para recargar, y proteínas para reparar.



Los carbohidratos no te hacen ganar peso, te ayudan a ganar en tu deporte



SCOUTING

Observa a jugadores interesantes para hacer más competitivo tu club....

En el fútbol base, el objetivo es detectar el potencial, no solo el rendimiento actual. Si esperas a que un niño destaque en un torneo regional, ya habrás llegado tarde. El scouting constante permite ver la evolución del jugador en su entorno natural. Traer a un jugador joven y formarlo bajo la identidad del equipo crea un sentido de pertenencia incluso mayor que en los grandes clubes.

Para un equipo pequeño, el scouting es una inversión:

- Detectas un talento joven en un equipo de barrio o de una categoría inferior.
- Lo incorporas por un coste mínimo.
- Lo potencias en tu estructura.

Y ya, en un “mundo ideal”, si en el futuro consigues un traspaso, pues eso que queda para la subsistencia y mejora económica del club.

El módulo de scouting incorporado en Gesdep está diseñado para el seguimiento de jugadores y entrenadores de equipos ajenos. Se trata de crear el registro de los jugadores que tengamos en seguimiento, y centralizar todo el trabajo de los ojeadores del club.

Últimamente hemos incorporado también el seguimiento a entrenadores rivales que destaquen por sus resultados, o porque encajen en la política deportiva del club.

Ficha de deportista en observación

ALBERTO - Suárez Suárez, Alberto

Nombre: Alberto
Apellidos: Suárez Suárez
Nombre deportivo: Alberto
Fecha nacimiento: 01/09/1999
Edad: 26
Club actual: Apolinario
Equipo actual: Juvenil

Valoración capacidades

Técnica	7.72
Táctica	8.34
Física	7.07
Psicológica	7.84
Personalidad	6.88
Val. Media	7.57

Datos ampliados

Fecha de alta: 11/06/2015
Fin derechos: 30/06/2017
Extracomunitario: No
Lateralidad: Zurdo
Representante: Desconocido
Genero: Masculino

Posiciones

Tipo	Posición
Principal	Lateral Derecho
Principal	Marcador Central
Alternativa	Medio Centro
Alternativa	Extremo Derecho

Posiciones principales ● Posiciones alternativas

Informes avanzados

Nuevo informe: Seleccione ☐ Incluir comentarios

Fecha	Tipo de informe	Técnico	Recomendación	Valoración
12/08/2015	General Jugador de campo	Eugenia Suárez Alberto	Sin definir	7.5 8.7 8.1 8.7 6.8 7.9
06/08/2020	Valoración inicial	Eugenia Suárez Alberto	Fichar	8.0 8.0 6.0 7.0 7.0 7.2



El scouting moderno no es solo mirar cómo un jugador toca el balón. También implica investigar su entorno familiar, su actitud ante la derrota y su disciplina académica, factores clave para el éxito en el fútbol base.

...y de paso hacer que tus rivales lo sean menos.



Para llegar hasta el jugador que estemos observando, tenemos un completísimo motor de búsqueda, preparado para encontrar perfiles muy concretos, siendo incluso capaz de concatenar varios criterios de búsqueda.

Jugador

Desde año nac.

Hasta año nac.

Posición

aaaa

aaaa

Buscar

Limpiar

Lateralidad

☐ Derecho

☐ Zurdo

☐ Ambidiestro

☒ Indiferente

Ordenado por

☐ Observación

☐ seguimiento

☐ Fichar

☐ Indiferente

Criterio 1

Criterio 1

Apellidos

Nombre

Puntuación

Nombre deportivo

Vencimiento

Edad

Equipo

Últimos añadidos

Nº. de informes

☐ Marcados

Genero

☐ Masculino

☐ Femenino

☒ Indiferente

Vista/Opciones

Vista

☐ Equipo

☐ Veredicto

☐ Técnico observador

Opciones

☐ Ocultar sin informes

☒ Ocultar descartados

☐ Puntuacion

☒ Posiciones alternativas

Otros filtros

Técnico observador

Todos

Puntuación mínima

País

Veredicto

Equipo

«

<

1/1

>

»

Nombre deportivo	Nombre completo	Fecha Nac.	Edad	Técnico observador	Posiciones	Lat.	Fin Derechos	Puntuacion	Club actual
Pepe	Pérez Del Pino, Jose Antonio	01/06/2002	23	Eugenia Suárez Alberto	MED,MP	D	24/08/2018		U.D. Palmenses de los Olivos
Alberto	Suárez Suárez, Alberto	01/09/1999	26	Eugenia Suárez Alberto	LD,MC,MED,ED	Z	30/06/2017		Apolinario

Mediante los informes que se les haga a cada jugador tendrá información al máximo detalle. Estos están divididos por cualidades técnicas, tácticas, preparación física, psicológica y de personalidad. Por ejemplo, podemos realizar una definición de informes para la valoración de los porteros, otra para el seguimiento específico de delanteros, otra para un control exclusivo de psicología, etc.

También pueden hacerse informes de un partido en concreto, donde se observe a algunos jugadores de los dos equipos, mediante el apartado “Informe partido scouting”.

Datos generales del encuentro

Fecha

Equipo local

Equipo visitante

RL

RV

08/06/2025

Las Coloradas

San Antonio

2

0

Lugar

Tipo de competición

Categoría

País

Las Coloradas

Liga

España

Observaciones

Informe del partido

Alineación del equipo local

Núm.	Nombre	Pos.	Tit.	Min.	TA	TR	Asis.	Gol.	Val.
1	Raúl Pérez	ED	N	90	0	0	1	0	2
2	Eugenio Velázquez	POR	N	67	0	0	0	0	2
3	Heri Luis	MED	N	66	0	0	0	1	3
4	Santos Suárez	II	N	90	0	0	0	0	3
5	Rebo López	EI	N	78	0	0	0	1	4

Alineación del equipo visitante

Núm.	Nombre	Pos.	Tit.	Min.	TA	TR	Asis.	Gol.	Val.
1	Rodrigo García	MC	N	87	1	0	0	1	5
9	Celestino González	PUN	S	50	0	0	1	1	4
17	Juan López	ID	S	35	1	0	1	0	3

Informe del equipo local

Sistema inicial

Sistema final

Entrenador

1-4-4-2

1-4-3-3

Antonio Suárez

Características

Vestibulum vulputate, est nec dignissim hendrerit, odio augue gravida ante, eu semper turpis massa ut augue. Integer egestas semper eleifend. Sed volutpat felis id enim sollicitudin a ullamcorper risus lacinia. In in justo arcu, in pharetra nunc. Cras hendrerit suscipit sapien, a gravida quam sodales vel. Mauris suscipit, augue

¿Utilizas en tu club la confirmación de asistencia a las convocatorias mediante la app?

Viernes, 6 de febrero de 2026

Las Palmas de Gran Canaria, Islas Canarias

¿Cómo se hace?

Al crear una nueva convocatoria, marca la casilla "Publicar la convocatoria en acceso padres / jugadores". Y también en "Gestión" - "Configuración" marca "Pesentar convocatorias equipos"

¿Cómo se confirma la asistencia desde la app Gesdep Connect?

¿Y cómo sabes en Gesdep que han confirmado o no?



Llevar 30 años en el mercado sí que nos hace viejos. Pero también los más experimentados para saber cómo estar totalmente actualizados