

Ejercicio de utilización de tablas de contenido (índice) e inserción de bibliografía

Abrimos el archivo taller_texto_sin_formato.doc con el programa Microsoft Word

Seleccionamos los capítulos 1, 2, 3 y 4 y aplicamos el Estilo – Título 1

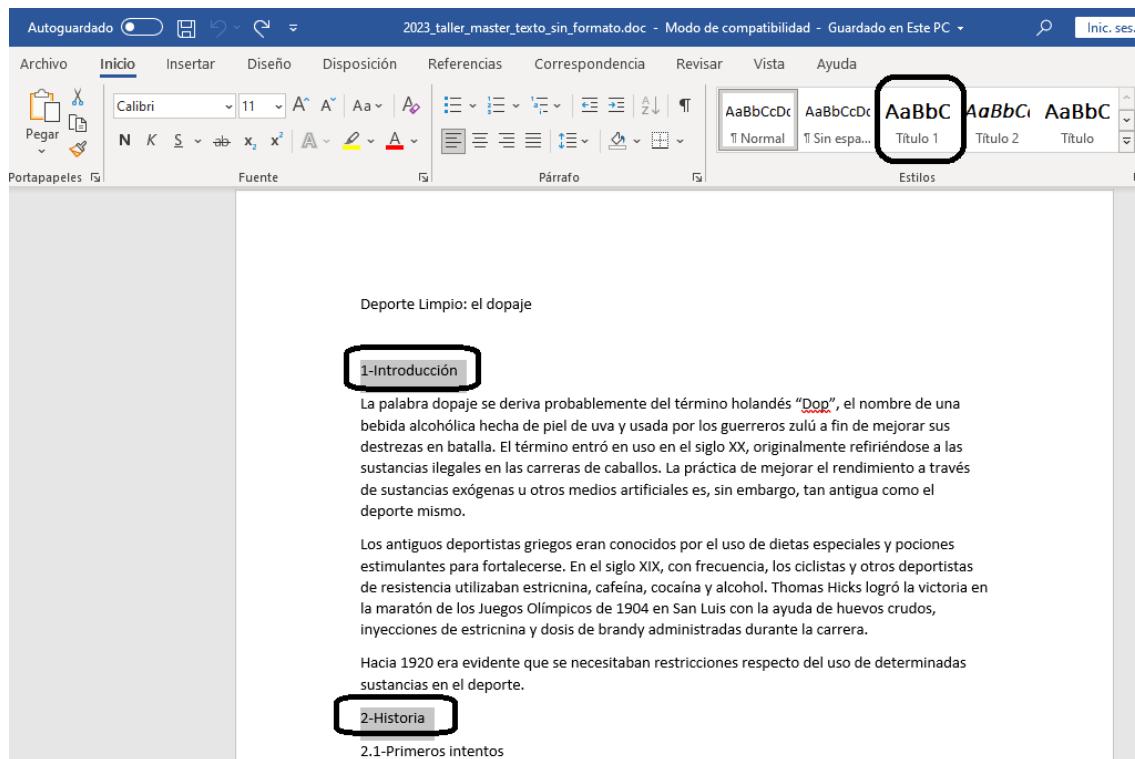
1-Introducción

2-Historia

3-Normativa

4-Lista de Prohibiciones y Autorizaciones

La selección se puede realizar pulsando la tecla Control y haciendo clic en cada uno de los capítulos.



Para los apartados 2.1, 2.2, 2.3, 2.4, 4.1 y 4.2 seleccionamos el estilo – Título 2

2.1-Primeros intentos

2.2-Dopaje de estado

2.3-Creación de AMA y Código Mundial

2.4-Evolución del Código Mundial Antidopaje

4.1-Sustancias prohibidas específicas y no específicas

4.2-Autorizaciones de uso terapéutico

Las sanciones son impuestas por el organismo que rige sobre la persona que infringe las normas del dopaje. Estos organismos pueden ser las Organizaciones Antidopaje, los organizadores de los eventos o las federaciones deportivas, ya sea que rijan a nivel internacional o nacional.

La Oficina Central de la Agencia Mundial Antidopaje (AMA) se encuentra en Montreal, con cuatro Oficinas Regionales en Lausana (Suiza), Ciudad del Cabo (Sudáfrica), Tokio (Japón) y Montevideo (Uruguay).

2.4-Evolución del Código Mundial Antidopaje

En la Segunda Conferencia Mundial sobre Dopaje en el Deporte, celebrada en Copenhague, en 2003, los gobiernos redactaron y firmaron la Declaración de Copenhague. En ella se decidía armonizar las políticas de lucha contra el dopaje, restringir la disponibilidad y uso de sustancias y métodos prohibidos y cooperar con AMA y otras organizaciones antidopaje.

La Tercera Conferencia Mundial tuvo lugar el 17 de noviembre de 2007 en Madrid. Allí, se adoptó una revisión del Código Mundial con el objetivo de mejorar los programas antidopaje de todo el mundo. El Código entró en vigor el 1 de enero de 2009.

Por último, en la Cuarta Conferencia Mundial sobre Dopaje en el Deporte celebrada en Johannesburgo, en noviembre de 2013, el movimiento deportivo y los gobiernos adoptaron una resolución (Declaración de Johannesburgo) por la que renovaron su compromiso conjunto de luchar contra el dopaje y aprobaron fortalecer el Código Mundial Antidopaje.

La declaración ratificó el Código Mundial Antidopaje 2015 y los Estándares Internacionales, que entraron en vigor el 1 de enero de 2015.

Para los subapartados 2.2.1, 2.2.2 y 2.2.3 aplicar el estilo – Título 3

2.2.1-Nuevos desafíos

2.2.2-Desafíos para el futuro. Dopaje genético

2.2.3-Esfuerzos conjuntos

En el caso de que no aparezca el estilo Título 3, desplegamos la ventana de estilos y en opciones

- Seleccionar estilos que desea mostrar – Todos los estilos – Aceptar

en 2003, los gobiernos redactaron y firmaron la Declaración de Copenhague. En ella se decidía armonizar las políticas de lucha contra el dopaje, restringir la disponibilidad y uso de sustancias y métodos prohibidos y cooperar con AMA y otras organizaciones antidopaje.

La Tercera Conferencia Mundial adoptó una revisión del Código Mundial con el objetivo de mejorar los programas antidopaje de todo el mundo. El Código entró en vigor el 1 de enero de 2009.

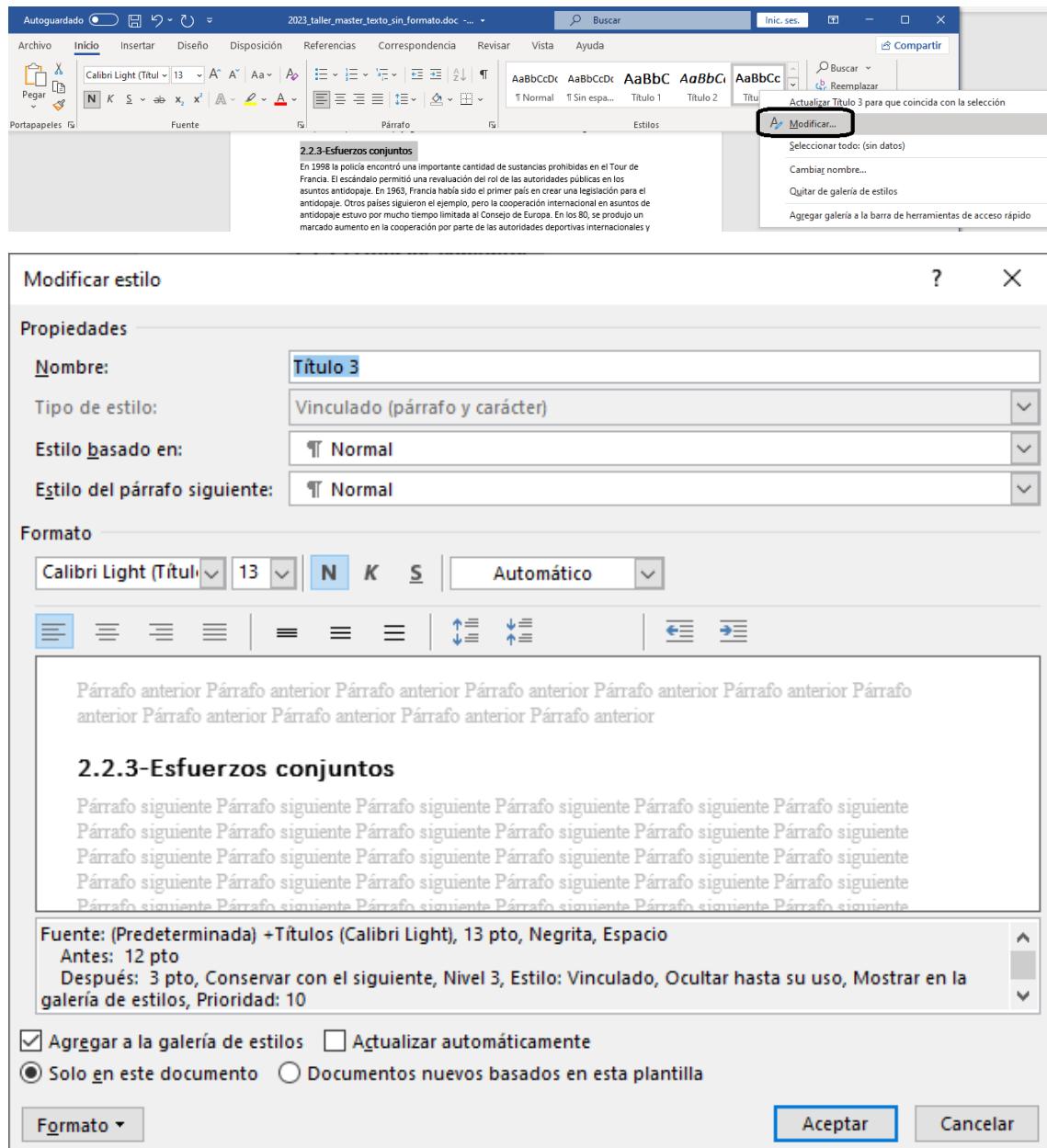
Por último, en la Cuarta Conferencia Mundial sobre Dopaje en el Deporte celebrada en Johannesburgo, en noviembre de 2013, el movimiento deportivo y los gobiernos adoptaron una resolución (Declaración de Johannesburgo) por la que renovaron su compromiso conjunto de luchar contra el dopaje y aprobaron fortalecer el Código Mundial Antidopaje.

La declaración ratificó el Código Mundial Antidopaje 2015 y los Estándares Internacionales, que entraron en vigor el 1 de enero de 2015.

3- Normativa

El Código Mundial Antidopaje es el documento principal que armoniza las políticas, normas y reglamentos antidopaje dentro de los organismos deportivos y entre las autoridades públicas de todo el mundo. El Código entró en vigor en enero de 2004, pero ha ido evolucionando para

Un estilo se puede modificar, simplemente se selecciona y se pulsa con el botón derecho modificar.



Una vez aplicados los estilos podemos crear la tabla de contenido automática.

Colocamos el cursor en el lugar donde desea insertar la tabla de contenido, normalmente al principio del documento. Hacer clic en Referencias > **Tabla de contenido** y, luego, seleccionar un estilo de Tabla de contenido automática de la lista.

Nota: Si se utiliza un estilo de Tabla de contenido manual, Word no puede usar los títulos para crear una tabla de contenido y no se podrá actualizar automáticamente.

Autoguardado 2023_taller_master_texto_sin_formato.doc ... Buscar

Archivo Inicio Insertar Diseño Disposición **Referencias** Correspondencia Revisar Vista Ayuda

Tabla de contenido Agregar texto Actualizar tabla ab¹ Insertar nota al final Nota al pie siguiente Insertar nota al pie Mostrar notas Buscar Administrar fuentes Estilo: APA Investigación Insertar cita Bibliografía Insertar título Insertar Tabla de ilustración Actualizar tabla Referencia cruzada Títulos

Integrado

Tabla automática 1

Contenido

Título 1 1
Título 2 1
Título 3 1

Tabla automática 1

Contenido de tabla automática (con la etiqueta "Contenido") que incluye todo el texto con los estilos Título 1-3

Título 1 1
Título 2 1
Título 3 1

Tabla manual

Tabla de contenido

Escribir el título del capítulo (nivel 1) 1
Escribir el título del capítulo (nivel 2) 2
Escribir el título del capítulo (nivel 3) 3

Escribir el título del capítulo (nivel 1)

Más tablas de contenido de Office.com

Autoguardado 2023_taller_master_texto_sin_formato.doc ... Buscar

Archivo Inicio Insertar Diseño Disposición **Referencias** Correspondencia Revisar Vista Ayuda

Tabla de contenido Agregar texto Actualizar tabla ab¹ Insertar nota al final Nota al pie siguiente Insertar nota al pie Mostrar notas Buscar Administrar fuentes Estilo: APA Investigación Insertar cita Bibliografía Insertar título Insertar Tabla de ilustración Actualizar tabla Referencia cruzada Títulos

Tabla de contenido

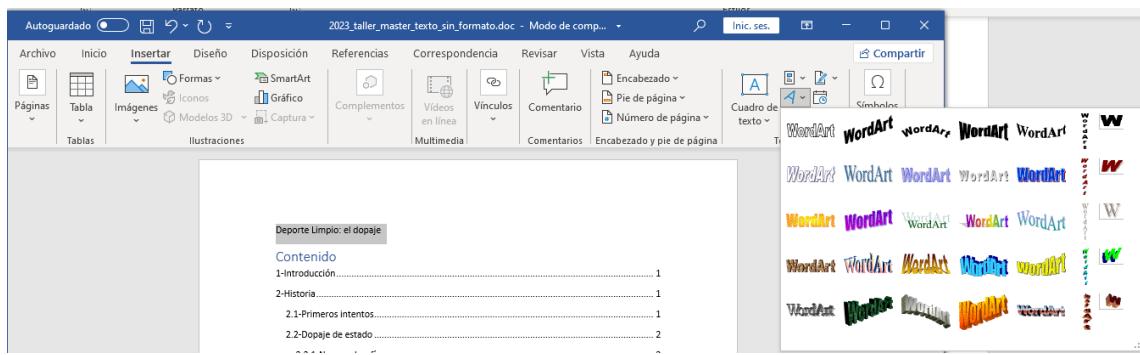
Deporte Limpio: el dopaje

Contenido

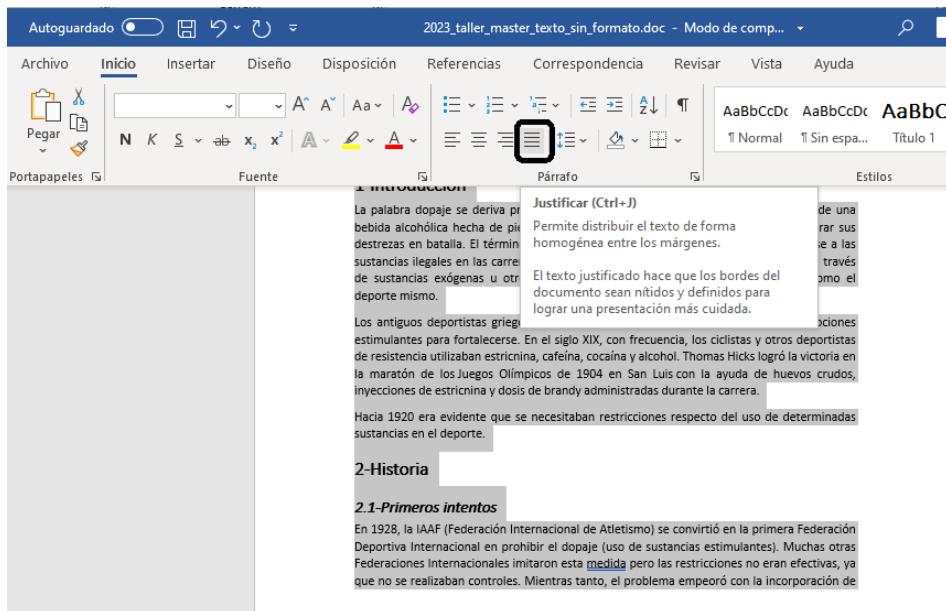
1-introducción [Ctrl+clic para seguir vínculo](#) 1
2-Historia 1
2.1-Primeros intentos 1
2.2-Dopaje de estado 2
2.2.1-Nuevos desafíos 2
2.2.3-Esfuerzos conjuntos 3
2.3-Creación de AMA y Código Mundial 3
2.4-Evolución del Código Mundial Antidopaje 4
3- Normativa 5
4- Lista de Prohibiciones y Autorizaciones 5
4.1- Sustancias prohibidas específicas y no específicas 6
4.2- Autorizaciones de uso terapéutico 7

Cuando se crea una tabla de contenido automáticamente en Word, también se crean hipervínculos que vinculan los títulos de la tabla de contenido a los títulos del documento. Para seguir el vínculo, mantenga presionada la tecla CTRL y haga clic en el título de la tabla de contenido.

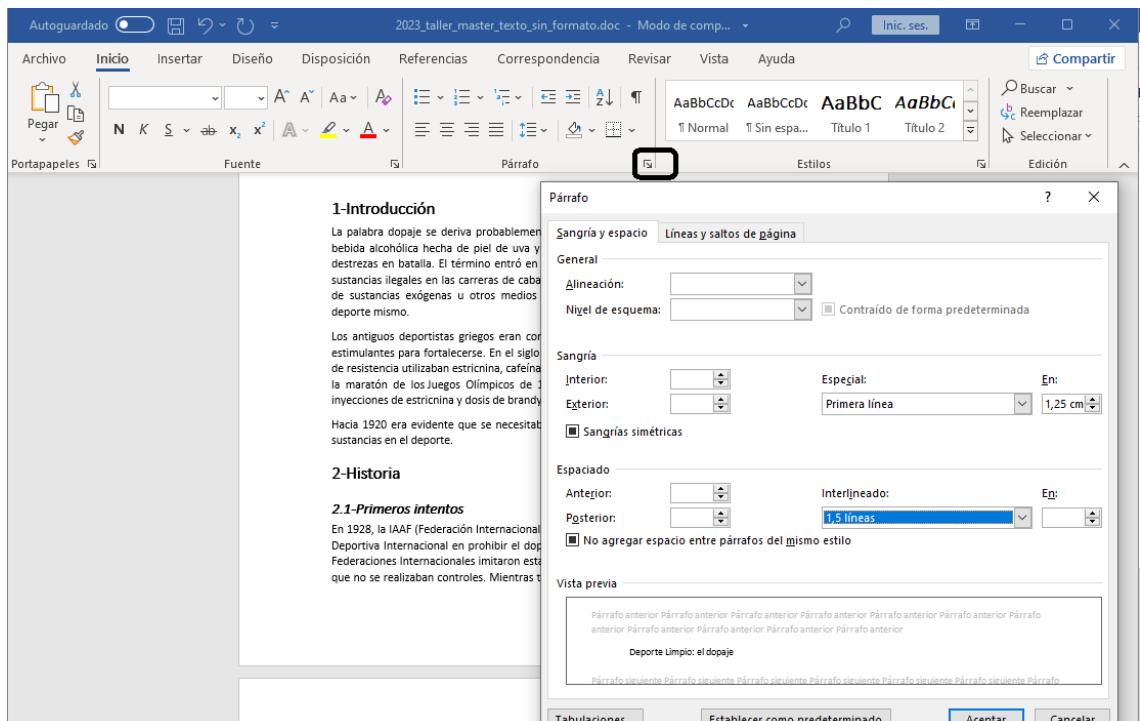
Para hacer que destaque el título del documento, Deporte limpio: el dopaje se puede usar WordArt, desde la pestaña insertar.



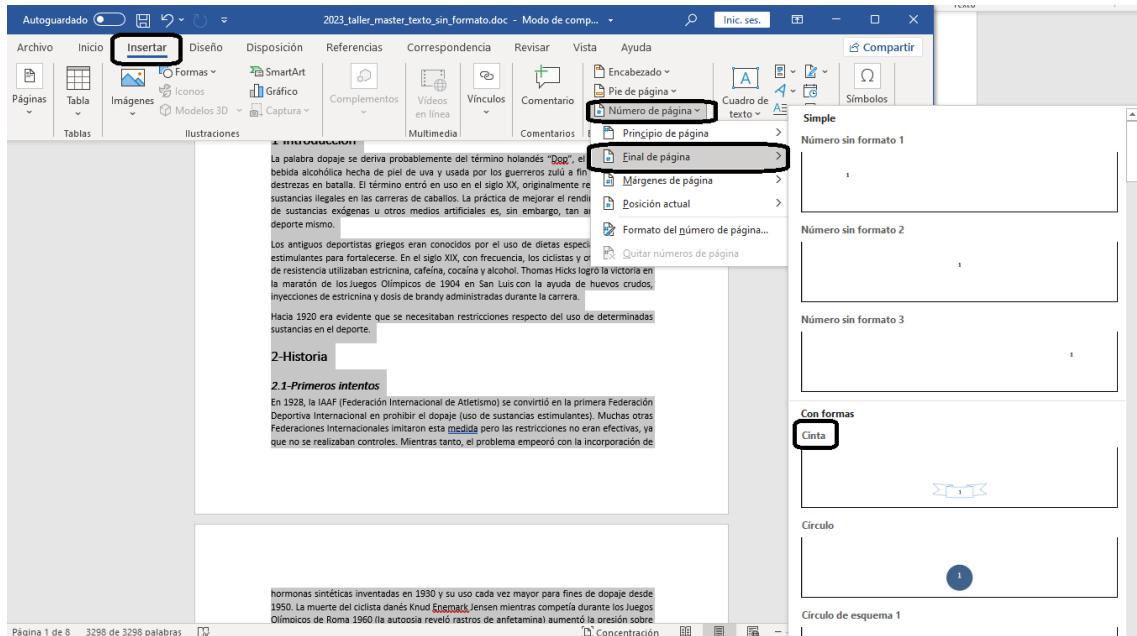
Se puede seleccionar todo el texto (Ctrl + E) y desde el menú de inicio seleccionar Justificar.



Se puede desplegar la ventana de párrafo y ajustar la sangría y el interlineado



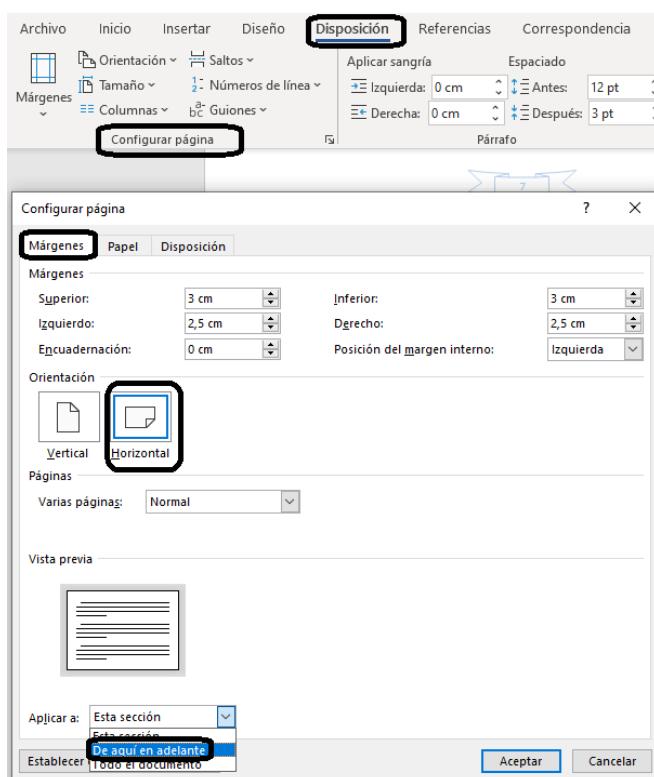
Para paginar el documento vamos al menú insertar -- número de página – final de página



Volvemos al texto del documento con doble clic.

Insertar en una hoja en horizontal la tabla con las sustancias dopantes al final del apartado 4, antes del comienzo del apartado 4.1.

Para lo cual en el menú Disposición de Word, pulsamos en Configurar página. Pulsamos en la pestaña **Márgenes** y orientación **horizontal**. En el menú desplegable de la opción de 'Aplicar a' se escoge '**De aquí en adelante**'.



Insertamos la tabla que se encuentra en el archivo lista de sustancias dopantes.

The screenshot shows a Microsoft Word document with a table titled "Lista de sustancias dopantes". The table has several columns representing different types of substances and their prohibited status across various categories like E1, E2, E3, E4, and E5. The table is highlighted in pink.

Insertada la tabla, colocamos el cursor del ratón al final de la tabla. Volvemos al menú Disposición de Word, pulsamos en Configurar página. Pulsamos en la pestaña **Márgenes** y orientación **vertical**. En el menú desplegable de la opción de 'Aplicar a' se escoge 'De aquí en adelante'.

The screenshot shows the "Configurar página" dialog box in Microsoft Word. The "Márgenes" tab is selected. The "Aplicar a:" dropdown menu is open, showing options like "Esta sección" and "De aquí en adelante". The "Vertical" orientation option is selected under "Orientación".

Vamos a insertar 4 tipos de citas:

Libro

Apellido, A. A. (Año). *Titulo*. Lugar de publicación: Editorial.

Mnduráin, E. J. (2006). *Electrones, neutrinos y quarks*. Barcelona, España: Crítica.

Apellido	Título en cursiva	Ciudad y País	Editorial
Iniciales del nombre			

Capítulo de libro

Apellido, A. A., y Apellido, B. B. (Año). Título del capítulo o la entrada. En A. A. Apellido. (Ed.), *Título del libro* (pp. xx-xx). Ciudad, País: Editorial.

Artículo de revista

Apellido, A. A., Apellido, B. B., y Apellido, C. C. (Fecha). Título del artículo. *Nombre de la revista*, volumen(número), pp-pp.

Artículo de revista online

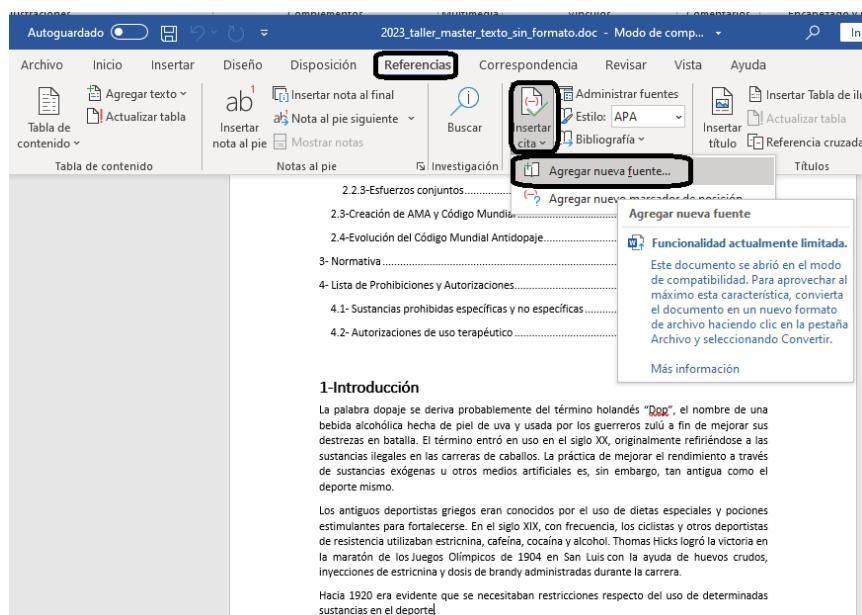
Apellido, A. A. (Año). Título del artículo. *Nombre de la revista*, volumen(número), pp-pp. Recuperado de

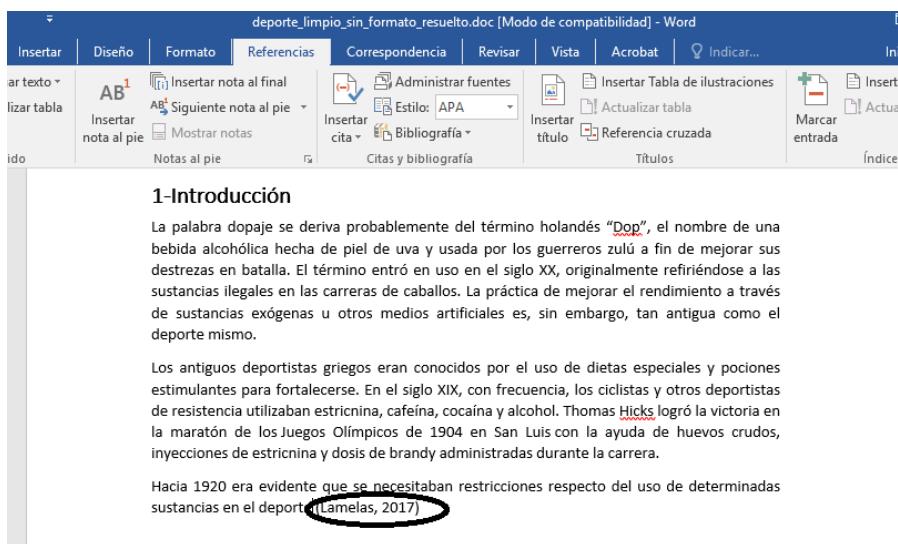
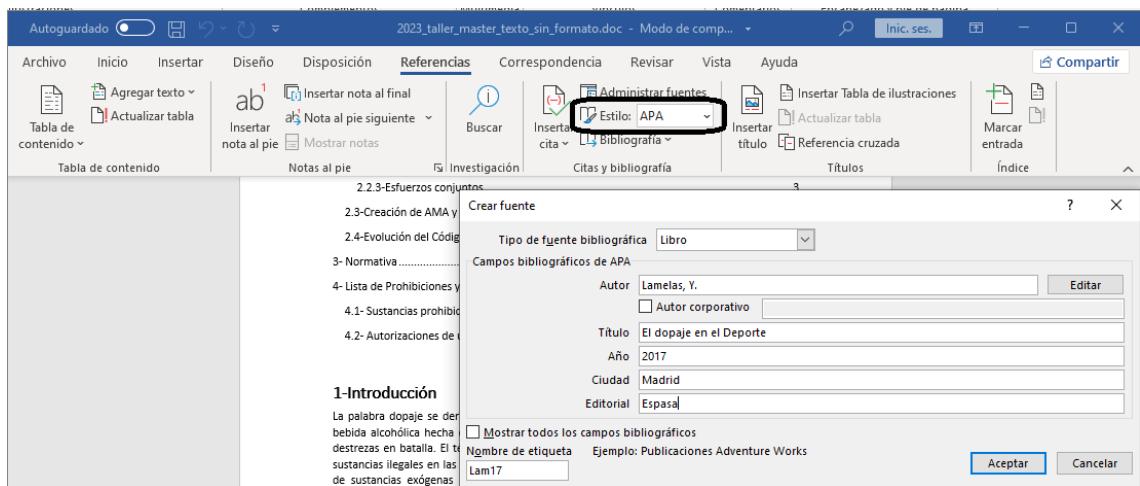
Mota de Cabrera, C. (2006). El rol de la escritura dentro del currículo de la enseñanza y aprendizaje del inglés como segunda lengua (esl/efl): Una perspectiva histórica. *Acción Pedagógica*, 15(1), 56-63. Recuperado de <http://www.saber.ula.ve/accionpe/>

Insertar una cita de un libro en la última línea del apartado 1-Introducción

En el menú referencias – insertar cita – agregar nueva fuente. Seleccionar el tipo de fuente (libro, sección de libro, artículo,...). Se rellenan los campos y pulsamos aceptar. Podemos seleccionar el Estilo. Por defecto está APA.

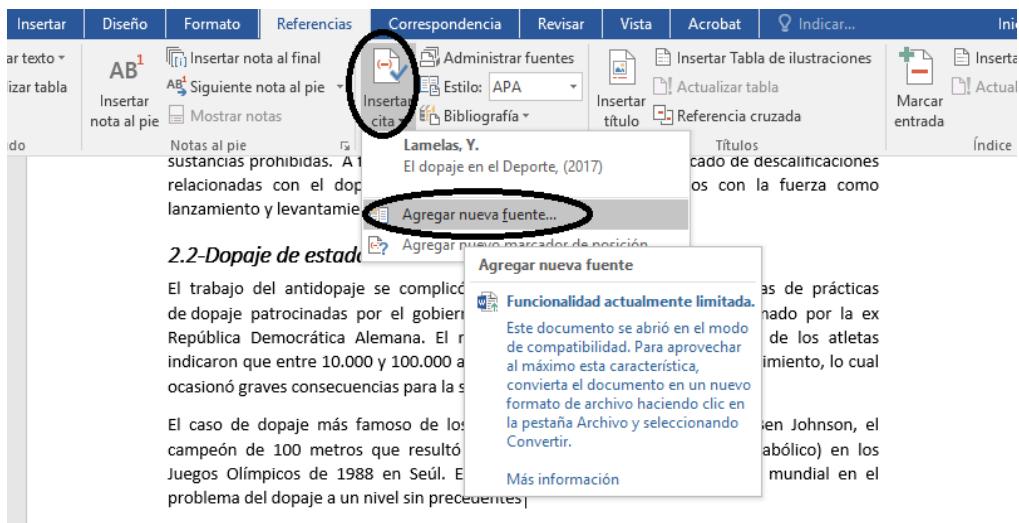
El libro que vamos a citar: Lamelas, Y. (2017). *El dopaje en el Deporte*. Madrid: Espasa.

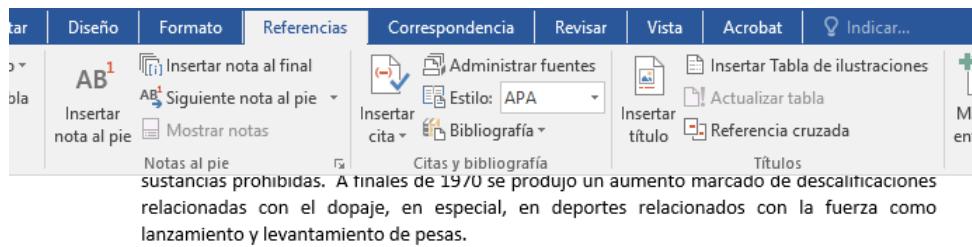
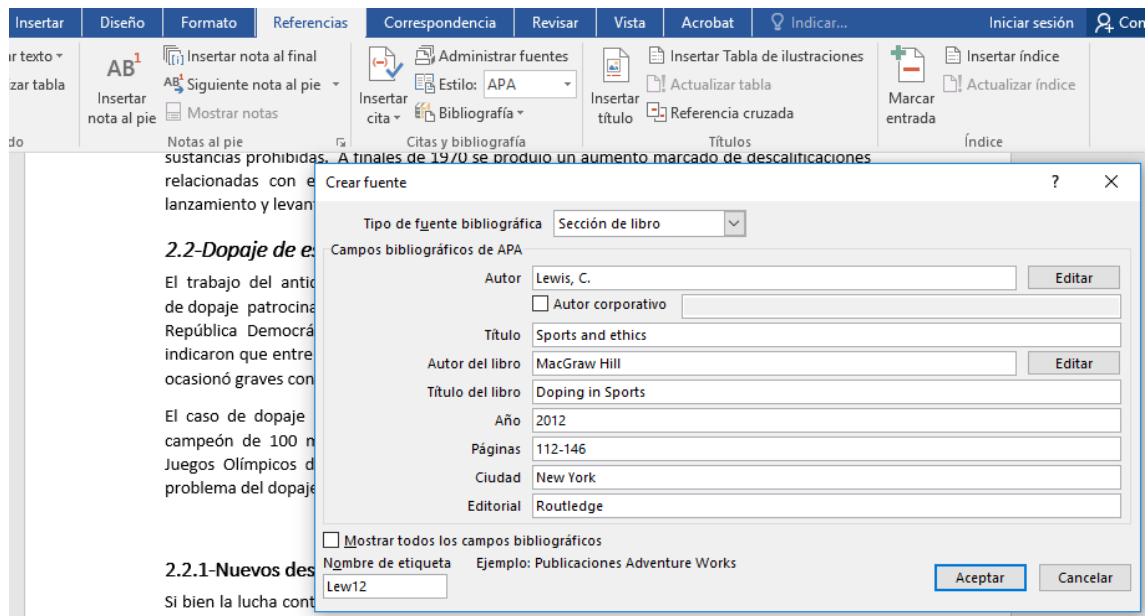




Insertamos una cita de un capítulo de un libro al final del apartado 2.2-Dopaje de estado

El capítulo de libro que vamos a citar: Lewis, C. (2012). Sports and ethics. En M. Hill, *Doping in Sports* (págs. 112-146). New York: Routledge.





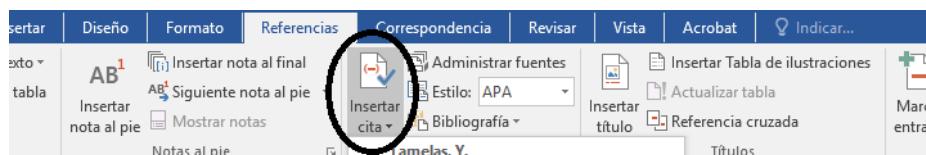
2.2-Dopaje de estado

El trabajo del antidopaje se complicó entre 1970 y 1980 por las sospechas de prácticas de dopaje patrocinadas por el gobierno de algunos países. Esto fue confirmado por la ex República Democrática Alemana. El material de archivo y los testimonios de los atletas indicaron que entre 10.000 y 100.000 atletas utilizaron esteroides sin su conocimiento, lo cual ocasionó graves consecuencias para la salud.

El caso de dopaje más famoso de los años 80 tuvo como protagonista a Ben Johnson, el campeón de 100 metros que resultó positivo en estanazolol (esteroides anabólico) en los Juegos Olímpicos de 1988 en Seúl. El caso de Johnson centró la atención mundial en el problema del dopaje a un nivel sin precedentes. Lewis, 2012)

Insertar una cita de un artículo de revista al final del apartado 2.4-Evolución del Código Mundial Antidopaje

El artículo de revista será: Leary, A., & Miah, C. (2007). Doping in Sports: Old Problem, New Faces. *Sports and Psychology*, 1, 40-48.



Las sanciones son impuestas a la persona que infringe las normas del dopaje. Los organizadores de los eventos internacionales o nacionales.

La Oficina Central de la Agencia Mundial Antidopaje tiene cuatro Oficinas Regionales en Lausana (Suiza), Ginebra (Suiza), Montevideo (Uruguay).

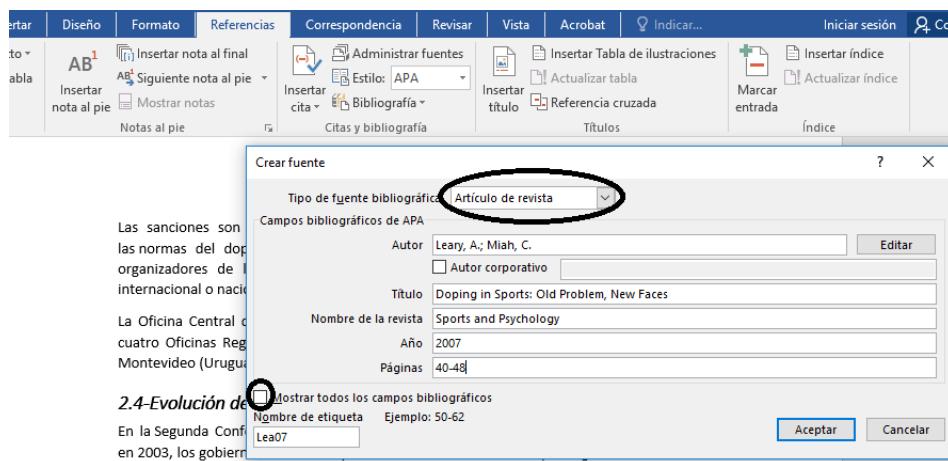
2.4-Evolución del Código Mundial Antidopaje

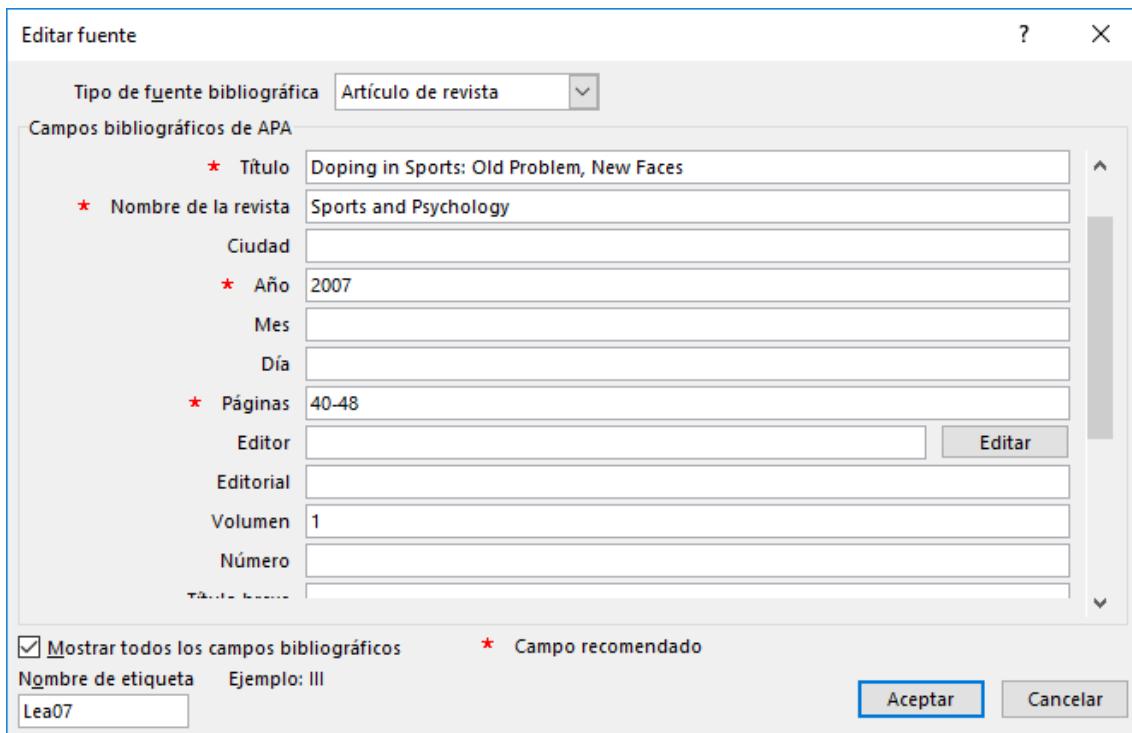
En la Segunda Conferencia Mundial sobre Doping en 2003, los gobiernos redactaron y firmaron un acuerdo para armonizar las políticas de lucha contra el dopaje y los métodos prohibidos y cooperar con AMA y otras organizaciones antidopaje.

La Tercera Conferencia Mundial tuvo lugar el 17 de noviembre de 2007 en Madrid. Allí, se adoptó una revisión del Código Mundial con el objetivo de mejorar los programas antidopaje de todo el mundo. El Código entró en vigor el 1 de enero de 2009.

Por último, en la Cuarta Conferencia Mundial sobre Dopaje en el Deporte celebrada en Johanesburgo, en noviembre de 2013, el movimiento deportivo y los gobiernos adoptaron una resolución (Declaración de Johanesburgo) por la que renovaron su compromiso conjunto de luchar contra el dopaje y aprobaron fortalecer el Código Mundial Antidopaje.

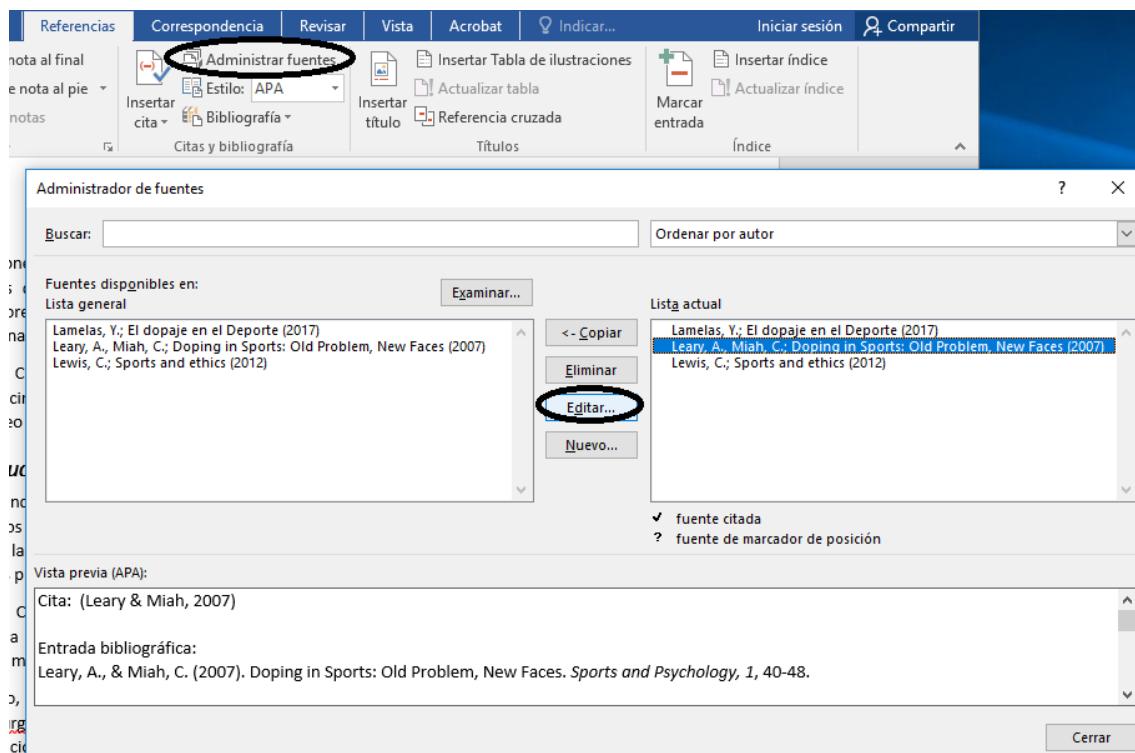
La declaración ratificó el Código Mundial Antidopaje 2015 y los Estándares Internacionales, que entraron en vigor el 1 de enero de 2015.





En el caso de una revista se necesita poner el volumen.....Marcamos Mostrar todos los campos bibliográficos.

Caso de tener que cambiar algo en una cita, pulsamos en Administrar fuentes, seleccionamos la cita y pulsamos Editar.



Insertar una cita de artículo de revista online en la última línea del apartado 4- Lista de Prohibiciones y Autorizaciones

El artículo que vamos a insertar está en

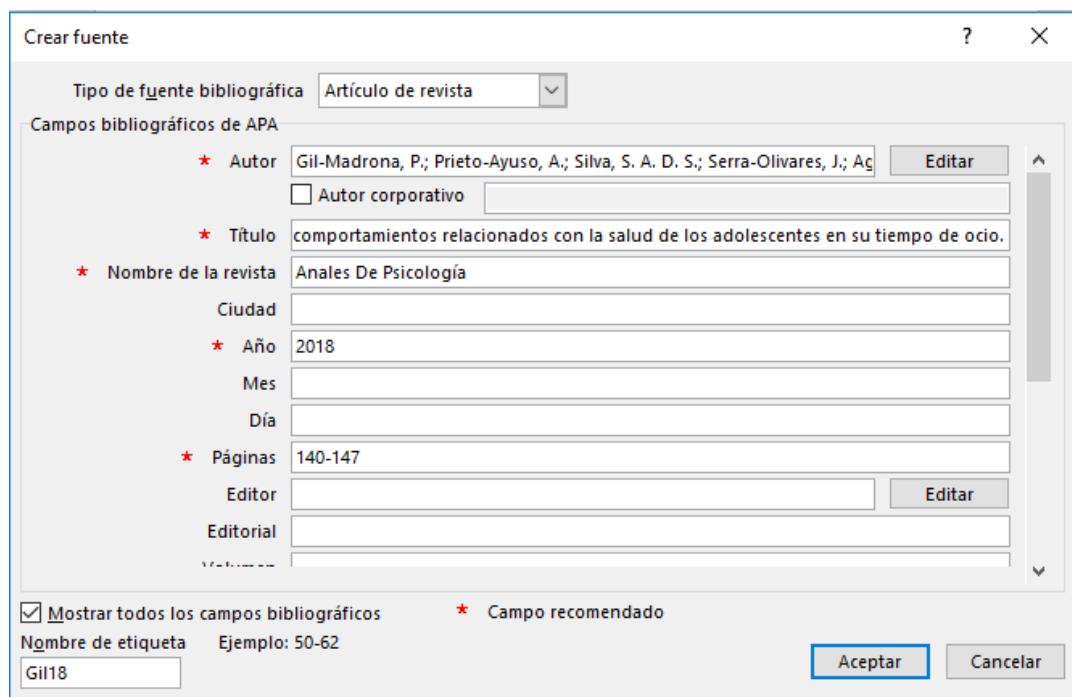
<https://doi.org/10.6018/analesps.35.1.301611>

Gil-Madrona, P., Prieto-Ayuso, A., Silva, S., Serra-Olivares, J., Aguilar-Jurado, M., & Díaz-Suárez, A. (2018). Hábitos y comportamientos relacionados con la salud de los adolescentes en su tiempo de ocio. *Anales De Psicología*, 140-147.
doi:<https://doi.org/10.6018/analesps.35.1.301611>

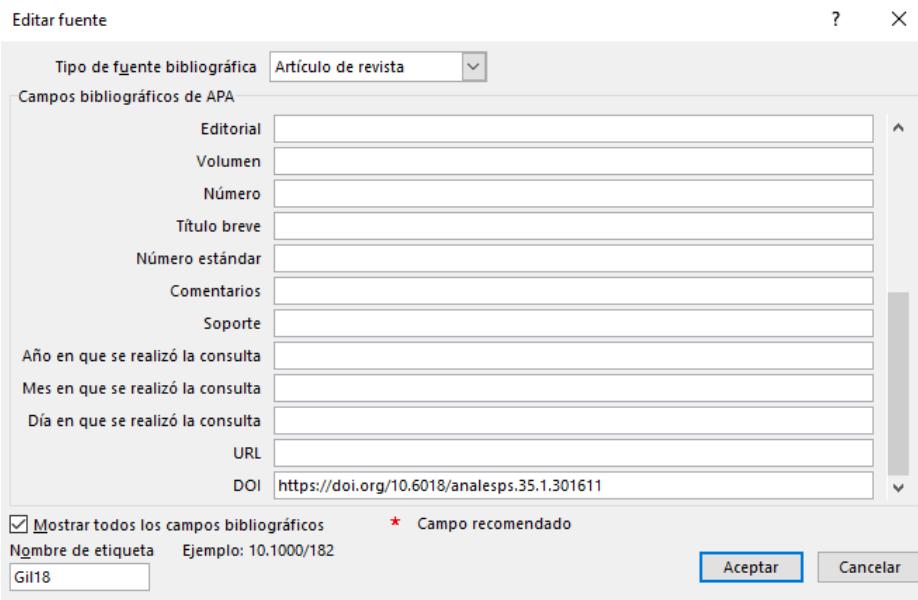
Vamos al menú Referencias – Insertar cita --- Agregar Nueva Fuente – Tipo fuente --- Artículo de revista.

Cuando tenemos varios autores, la separación se realiza usando punto y coma (;). De esta forma la cita quedará (Gil-Madrona y otros, 2018).

Ojo marcar la opción Mostrar todos los campos bibliográficos para poder insertar la URL (enlace de la página web) o el DOI. **DOI** (Digital Object Identifier) es un identificador único y permanente para las publicaciones electrónicas. Proporciona información sobre la descripción de los objetos digitales (revistas, artículos, ...) y su localización en internet, a través de metadatos (autor, título, datos de publicación, etc.).



En el campo DOI pegamos la dirección web del artículo.



La cita queda en:

combinación con otra sustancia se hace constar esta indicación, y sólo se prohíben, si existen pruebas sobre los efectos de la combinación de ambas sustancias.

La determinación por parte de la AMA de las sustancias y los métodos prohibidos que se incluirán en la Lista, la clasificación de las sustancias en las categorías de dicha lista y la clasificación de una sustancia como prohibida siempre o solo en competición, es definitiva y no puede ser rebatida por ningún deportista u otra persona basándose en el hecho de que la sustancia ~~está prohibida por la UN, no es una sustancia anabólica ni tiene el potencial de mejorar el rendimiento~~ (Gil-Madrona, y otros, 2018)

4.1- Sustancias prohibidas específicas y no específicas

El objeto de esta distinción es reconocer que es posible que una sustancia entre en el

Finalmente, colocar el cursor del ratón al final del documento, ir al menú Referencias --- Bibliografía y queda insertada.

