



CHECK UP MÉDICO DEPORTIVO

Objetivos:

1. Detectar y/o diagnosticar patologías sistémicas que pudieran comprometer la salud e incluso la vida al realizar actividad física vigorosa, ejercicio o alguna actividad deportiva.
2. Determinar la composición corporal (que cantidad hay de músculo, grasa, masa visceral).
3. Determinar el nivel de rendimiento físico.

Requisitos:

1. Hombres: Traer Shorts Mujeres: Shorts y Top
2. Traer estudios de laboratorio de Biometría Hemática, Química sanguínea de 27 elementos, Examen General de Orina.
3. Traer calzado deportivo.

Procedimiento

1. Historia Médico Deportiva: Permite saber los antecedentes de enfermedades del paciente y sus familiares, si tiene una enfermedad actual que requiera tratamiento médico, así como la actividad física y/o deportiva que realiza y cuáles son sus metas y el objetivo por lo cual se está haciendo la evaluación. Si se combina esto con exámenes de laboratorio (Biometría Hemática, Química sanguínea), toma de la tensión arterial y otros datos, se puede tener una idea clara del estado general de salud y determinar el riesgo cardiovascular.

2. Antropometría: La antropometría involucra el uso de marcas corporales de referencia, cuidadosamente definidas, el posicionamiento específico de los atletas para estas mediciones, y el uso de instrumentos apropiados. A las mediciones se las divide en: masa (peso), longitudes y alturas, anchos o diámetros, profundidades, circunferencias o perímetros, curvaturas o arcos, y mediciones de los tejidos blandos (pliegues cutáneos). La antropometría permite diagnosticar el estado morfológico y controlar los cambios producidos por un programa de actividad física, entrenamiento o una intervención nutricional. Así mismo se utilizan para evaluar niños(as) en crecimiento, niveles de obesidad, los efectos del ejercicio sobre los perímetros musculares y la disminución de los pliegues de adiposidad subcutánea.



Evaluación Física

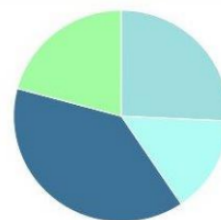
Talla (cm)

172

Peso (Kg) 74.4

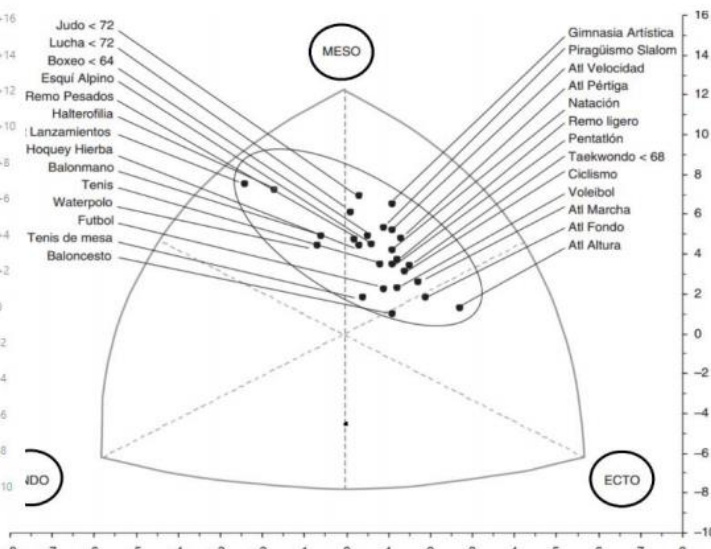
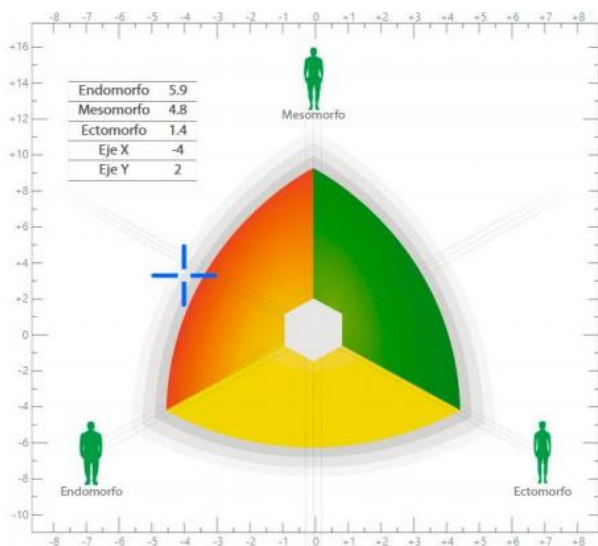
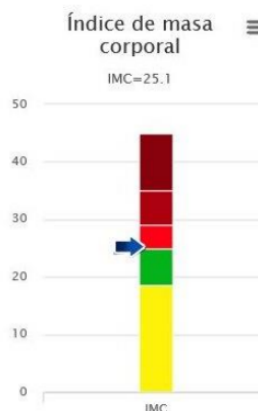
IMC 25.1

Componentes Corporales		Kg	%
	Masa Grasa	19.1	25.7
	Masa Ósea	56.8	76.3
	Masa Residual	15.5	20.8
	Masa Muscular	28.8	38.7



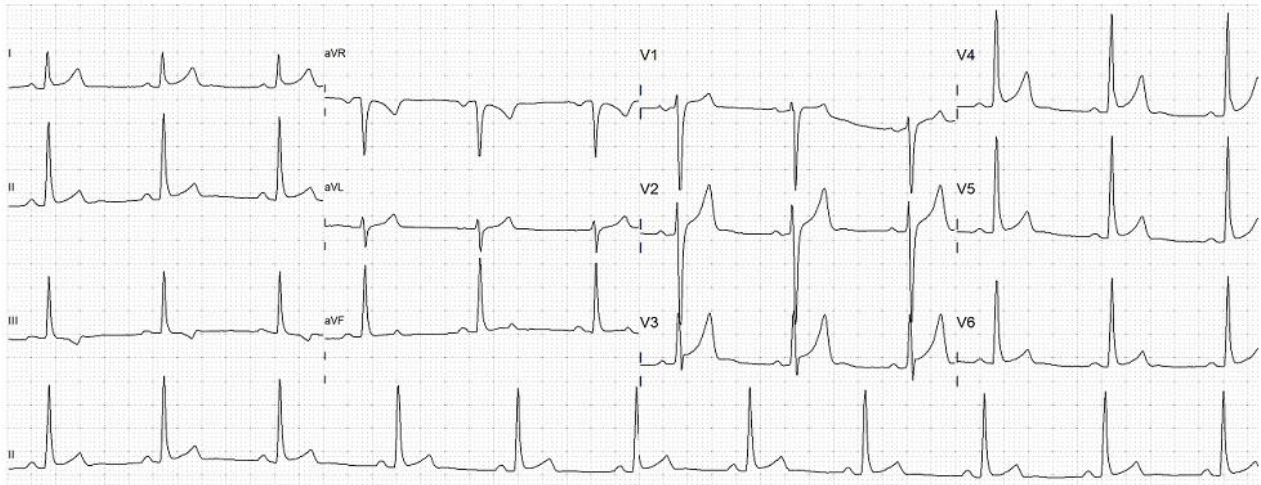
Complexión
IMC
Diagnóstico de IMC
Índice Cintura Cadera
Distribución de grasa
Agua corporal total (lts)
Peso Teórico
Gasto Energético total (cal)

Pequeña
 25.1
 Sobrepeso
 0.85
 Normal
 41
 65.9 - 71.6
 2127



3. Electrocardiografía en reposo: Se detectan patologías como anomalías en la conducción eléctrica cardíaca (disritmias, bloqueos, etc) que nos dan una visión indirecta del tamaño y funcionamiento del corazón pueden poner en riesgo la vida de los atletas.





4. Prueba de Esfuerzo – El ejercicio modifica la fisiología corporal, exigiéndole al corazón y pulmones que incrementen su actividad para satisfacer las demandas energéticas musculares. En ocasiones, esto no puede ser cumplido, y la persona puede experimentar mareos, desvanecimientos, dolores de pecho, brazo, etc. que son síntomas de patología o enfermedad cardio pulmonar. Es por eso que se realiza ejercicio en banda sin fin (caminadora) y se monitoriza el corazón electrocardiográficamente así como el comportamiento de la tensión arterial antes, durante y después de haber realizado el ejercicio.



5. Biomecánica: Se analizan: 1. Marcha 2. Podoscopía (análisis del arco plantar y alteraciones en el pie) 3. Salto Vertical 4. Salto Longitudinal

6. Se realiza un ajuste quiropráctico al terminar la sesión que reduce la tensión muscular y favorece la recuperación del ejercicio.

Resultados

Se hace un Análisis de los resultados obtenidos en la valoración y a partir de esto se emiten recomendaciones para mejorar el rendimiento físico y la salud. Se entrega la impresión de la evaluación y Electrocardiograma en reposo y también se manda en PDF. Los resultados se entregan 2 días o más (dependiendo de la disponibilidad de citas) después de la realización del estudio en el consultorio donde se explicarán las estrategias para mejorar la salud y el rendimiento físico.



Medicina del Deporte Rehabilitación Homeopatía Acupuntura Quiropráctica
Control de Peso Psicoterapia Corporal Complementos Alimenticios

Calle 9 #85 esq. Calle Av. 2 Col. San Pedro de los Pinos CDMX

biehum.com bienstarhumanidad@gmail.com Tels. 5516857237 5534336338 65874167

Costo Regular: \$4000

Costo de Promoción en Agosto: \$3000 en efectivo

Costo de Promoción en Agosto: con tarjeta (cualquiera): \$3150

Costo de Promoción en Agosto: con 3 meses sin intereses: \$3300

Costo de Promoción en Agosto: con 6 meses sin intereses: \$3400

Costo de Promoción en Agosto: con 12 meses sin intereses: \$3600

Aceptamos las siguientes tarjetas



Aceptamos puntos



**Pregunta por las promociones mensuales.
Pregunta por las promociones grupales.**



Medicina del Deporte Rehabilitación Homeopatía Acupuntura Quiropráctica

Control de Peso Psicoterapia Corporal Complementos Alimenticios

Calle 9 #85 esq. Calle Av. 2 Col. San Pedro de los Pinos CDMX

biehum.com bienestarhumanidad@gmail.com Tels. 5516857237 5534336338 65874167