

REVISIONS ESPORTIVES



La pràctica de l'esport incrementa, sense cap mena de dubte, la qualitat de vida d'una persona. Però aquesta practica no està exempta de riscos i hem d'estar atents a les respostes del nostre cos mentre fem esport.

La **revisió esportiva** té com a finalitat avaluar les condicions físiques, aptituds, resistència i adaptació de l'esportista sigui ocasional, amateur o professional, a l'esport al que es sotmet.

A **GIROMÈDIC** garantim la millor qualitat assistencial perquè les revisions esportives es realitzen per professionals de la salut especialitzats, on creiem que és essencial la titulació oficial per garantir la fiabilitat dels resultats. En el nostre cas la **Dra. Marina Donatiu i Cosp** gaudeix de l'Especialitat en Medicina de l'Esport realitzada en el C.A.R o Centre d'Alt Rendiment Esportiu de Sant Cugat del Vallès on es gesta la elit professional esportiva nacional.

La revisió esportiva a **Giromèdic** consta de:

1. Valoració mèdic – esportiva per part d'infermeria:

- ✓ Anamnesi amb antecedents personals, familiars i hàbits esportius
- ✓ Antropometria amb pes, talla, perímetres abdominals i toràcics
- ✓ Índex de massa corporal (IMC). Percentatge de matèria grassa de l'organisme
- ✓ Espirometria (càlcul dels volums respiratoris fisiològics)
- ✓ Electrocardiografia en repòs

2. Valoració per part de la Dra. Marina Donatiu

- ✓ Interpretació dels antecedents i hàbits esportius
- ✓ Revisió anatòmica: inspecció de columna vertebral, cintura escapular, cintura pèlvica, grans articulacions, dismetries, estudi plantar al Podòscop
- ✓ Valoració de la flexibilitat
- ✓ Consells de rendiment i valoracions esportives personalitzades

3. Prova d'esforç en ergòmetre cíclic amb monotorització electrocardiogràfica de 12 derivacions que consta de 3 fases:

- a) Inici
 - Monotorització amb col·locació d'electròdes i/o pulsiosimetria als més petits.
 - Inici de l'exercici en l'Ergòmetre amb presa de tensió arterial seriada
- b) Esforç
 - Personalització del grau d'esforç durant l'exercici en l'Ergòmetre
 - Esforç límit personalitzat
 - Presa de tensió arterial seriada
- c) Recuperació
 - Alliberament de resistències progressiu en l'Ergòmetre
 - Seguiment del monitoratge fins la recuperació basal fisiològica
 - Presa de tensió arterial seriada.

Qui és Giromèdic?

Giromèdic neix l'any 1994 per respondre a les necessitats bàsiques dels mutualistes de **Montepio Girona**.

El centre és un dels referents en l'atenció mèdica primària privada pel mutualista i el ciutadà en general i representa l'assistència mèdica directa, d'elevada qualitat tècnica molt propera i humana.

El nostre objectiu principal és que el pacient trobi una porta permanentment oberta on tractar el seu problema de salut. L'accessibilitat plena al servei assistencial és el nostre compromís.



Posi el segell aquí:

GIRONA

Carrer Juli Garreta, 12 baixos – 17002 Girona

Tel. 972 224 771