



## Prueba de esfuerzo, en qué consiste:

### Prueba de esfuerzo completa:

#### Consulta de medicina deportiva:

Nuestros doctores, establecen tu nivel de riesgo cardiovascular y cualquier tipo de contraindicación para la práctica del ejercicio y para la realización de la prueba de esfuerzo. Además, revisamos tus hábitos y condiciones para incrementar tu salud y rendimiento.

#### Exploración cardíaca ampliada mediante ecografía:

Se realiza una exploración cardíaca mediante ecografía para detectar posibles anomalías estructurales en las cavidades, paredes o válvulas cardíacas. Nuestros doctores, establecen tu nivel de riesgo cardiovascular y cualquier tipo de contraindicación.

#### Espirometría forzada en reposo:

Con esta prueba se obtienen parámetros interesantes para la práctica deportiva como:

- FVC: Capacidad vital forzada=capacidad pulmonar.
- FEV1: Cantidad de aire expulsada en el primer segundo.
- MMV: Máxima capacidad ventilatoria.

#### Prueba de esfuerzo progresiva con análisis de gases y/o análisis de lactato sanguíneo:

- Electrocardiograma de 12 derivaciones para el estudio del comportamiento eléctrico del corazón
- Análisis de gases para determinar tu umbral aeróbico, umbral anaeróbico y  $VO_2$  máximo.

A través de una exploración física completa, nuestros especialistas podrán establecer tu nivel de riesgo cardiovascular y cualquier tipo de contraindicación para la práctica del ejercicio, tanto si eres deportista profesional, si realizas ejercicio de baja intensidad o si quieres iniciarte en él con plenas garantías.

**Entrega de resultados:**

- Informe resumido con el resultado de la prueba, hallazgos más relevantes, las recomendaciones más importantes sobre la adecuación de la práctica deportiva a las condiciones personales, consejos nutricionales y de suplementación.
- Una planilla para que controles tu entrenamiento o sesión de ejercicio

**Prueba de esfuerzo (mínimo para firmar certificado de aptitud):**

**Espirometría forzada en reposo:**

- FVC: Capacidad vital forzada=capacidad pulmonar.
- FEV1: Cantidad de aire expulsada en el primer segundo.
- MMV: Máxima capacidad ventilatoria

**Exploración cardíaca ampliada mediante ecografía:**

Se realiza una exploración cardíaca mediante ecografía para detectar posibles anomalías estructurales en las cavidades, paredes o válvulas cardíacas. Nuestros doctores, establecen tu nivel de riesgo cardiovascular y cualquier tipo de contraindicación.

**Prueba de esfuerzo progresiva con análisis de gases y/o análisis de lactato sanguíneo:**

- Electrocardiograma de 12 derivaciones para el estudio del comportamiento eléctrico del corazón
- Análisis de gases para determinar tu umbral aeróbico, umbral anaeróbico y VO<sub>2</sub> máximo.

**Entrega de resultados:**

- Informe resumido con el resultado de la prueba, hallazgos más relevantes
- Una planilla para que controles tu entrenamiento o sesión de ejercicio



## Presupuesto para FEGATRI, Federación Galega de Triatlón e Pentatlón Moderno:

	USUARIOS GENERAL	DESCUENTO PARA GRUPOS		
		De 5 a 9 personas o federadas en FEGATRI	De 10 a 14 personas	A partir de 15 personas
Primera consulta y prueba de esfuerzo.	190 €	180 €	170 €	160 €
Primera consulta, ecocardiografía y prueba de esfuerzo	221 €	210 €	200 €	190 €
Primera consulta y prueba de esfuerzo doble (bicicleta + carrera)	264 €	250 €	240 €	225 €
Primera consulta, ecocardiografía y prueba de esfuerzo doble (bicicleta + carrera)	290 €	275 €	260 €	245 €