

Els nostres clients



Els nostres serveis

1

MEDICINA
ESPORTIVA



2

FISIOTERÀPIA



3

OSTEOPATIA



4

NUTRICIÓ I
DIETÈTICA





Medicina de l'activitat física i l'esport

- Medicina de l'activitat física i de l'esport
- Reconeixements mèdics:
 - Tipus I
 - Tipus II
 - Tipus III*
- Consulta múscul-esquelètica:
 - Infiltracions
 - Ecografia múscul-esquelètica
- Consulta general
- Prescripció d'exercici
- Dona i esport

MEDICINA DE L'ACTIVITAT FÍSICA I DE L'ESPORT

MEDICINA DE L'ACTIVITAT FÍSICA I DE L'ESPORT

Té un paper fonamental en la prevenció i el manteniment de la salut de les persones. Fer exercici físic i esport de manera segura és vital per poder desenvolupar el màxim potencial. Els metges especialitzats s'ocupen d'estudiar en profunditat l'aparell cardiovascular i tots els òrgans i les estructures que interactuen en l'activitat física.

Vols optimitzar el rendiment als entrenaments i competicions?

CONSULTA MÚSCUL-ESQUELÈTICA

Diagnòstic, tractament i seguiment de les lesions més freqüents derivades de la pràctica esportiva.

Valorem tota mena de patologies osteomusculars.

Inclou l'ecografia múscul-esquelètica, que permet estudiar i controlar millor l'evolució de la lesió.

REVISIONS MÈDIC ESPORTIVES

Valoració mèdic funcional que permet objectivar i intentar evitar riscos potencials a la pràctica de l'exercici físic i/o esport, a més d'adaptar el tipus d'intensitat de forma individual.

CONSULTES MEDICINA INTERNA I MEDICINA GENERAL

Diagnòstic, tractament i seguiment de les principals malalties mèdiques (hipertensió, diabetis, obesitat, dislipèmia, tiroide, infeccions, etcètera) des d'una visió global.

MEDICINA DE L'ACTIVITAT FÍSICA I DE L'ESPORT

PRESCRIPCIÓ D'ACTIVITAT FÍSICA

Manteniment o millora de la salut a través de la pràctica d'activitat física adaptada a les característiques i necessitats de cada persona.

A QUI VA DIRIGIT?

- ✓ Adults sedentaris
 - ✓ Nens/es
 - ✓ Adult major
 - ✓ Embarassades
- ✓ Persones amb malalties (cardíaques, diabetis, obesitat, artritis, osteoporosis, problemes renals i altres).

OBJECTIUS

- ✓ Promoure la salut per reduir el desenvolupament futur o recurrència de malalties degeneratives.
- ✓ Millorar aquells components de l'aptitud física relacionats amb la salut: tolerància cardiorespiratòria, força i tolerància muscular, flexibilitat i composició corporal.
- ✓ Mantenir la seguretat durant la participació en el programa.
- ✓ Rehabilitació de malalties.

COM FUNCIONA?

- ✓ Història clínica
- ✓ Mesuraments de salut
- ✓ Mesuraments d'activitat física
- ✓ Valoracions funcionals
- ✓ Prova d'esforç amb monitorització electrocardiogràfica
- ✓ Desenvolupament del pla de prescripció

Fisioteràpia i osteopatia

- Prevenció de lesions
- Tractament de lesions
- Readaptació esportiva
- Optimització esportiva
- Valoracions funcionals





FISIOTERÀPIA

Prevenió, tractament i readaptació de lesions múscul-esquelètiques. T'acompanyem des de la identificació del risc lesiu fins a la tornada a la pràctica esportiva amb seguretat i garantia. Un servei a l'alçada de les necessitats competitives.

OSTEOPATIA

Des d'un abordatge holístic i mitjançant l'aplicació de tècniques manuals, promou o recupera l'homeòstasis o l'equilibri mecànic del conjunt dels teixits corporals múscul-esquelètics, nerviosos, viscerals, circulatoris, etc. Aquesta disciplina terapèutica basada en coneixements específics d'anatomia i fisiologia del cos humà intervé en els diferents teixits per normalitzar les funcions alterades.





Nutrició i dietètica

- Nutrició esportiva
- Nutrició de la dona
- Millora d'hàbits d'alimentació
- Pèrdua de pes
- Nutrició en problemes hormonals
- Nutrició abans, durant i després de l'embaràs

NUTRICIÓ I DIETÈTICA

Una bona alimentació és fonamental per mantenir una vida saludable. A través de la dieta aconseguim que l'organisme mantingui un bon funcionament i pugui reparar zones deteriorades. Per això és necessari que sigui suficient i equilibrada, cosa que permetrà incorporar a l'organisme els nutrients destinats al seu manteniment, creixement i correcte funcionament.

Especialitats:



Educació Nutricional: canvi d'hàbits d'alimentació i reeducació alimentària.



Pèrdua de pes: aconseguir el pes ideal amb una alimentació saludable.



Nutrició esportiva: nutrició orientada a la pràctica esportiva i millora del rendiment.



Nutrició de la dona: nutrició en l'embaràs i postpart, nutrició per la mare lactant i nutrició per la menopausa.



Nutrició en problemes hormonals: corregir els desequilibris hormonals en el cos és el que permetrà perdre pes i mantindre'l en el temps.