

Check up MEDICO SPORTIVO

- visita medico sportiva
- misurazione della composizione corporea con BIA
- test VO₂Max
- Esami ematochimici (Emocromo completo, sideremia, transferrina, ferritina, Got, Gpt, creatinina, azotemia, cal, elettroliti (Na - K - Cl),
- esame urine completo

Esercizio terapia

L'attività fisica **finalizzata alla cura delle patologie metaboliche e al sovrappeso**. I vantaggi di uno stile di vita attivo e dell'esercizio fisico sono ormai dimostrati da autorevoli lavori. L'attività fisica regolare:

- Aumenta il dispendio energetico sia durante l'esercizio sia nel periodo immediatamente successivo
- Favorisce il calo ponderale
- Riduce il rischio di recupero ponderale
- Riduce la perdita di massa magra che accompagna il calo ponderale
- Riduce la pressione arteriosa
- Migliora la sensibilità all'insulina
- Aumenta i livelli di colesterolo HDL
- Diminuisce i livelli del colesterolo LDL e di trigliceridi
- Previene l'osteoporosi
- Non comporta necessariamente aumento dell'appetito
- Può migliorare lo stato dell'umore
- Sembra contribuire a ridurre il rischio di insorgenza di tumori

Il medico sportivo prepara un programma di esercizi rivolti al miglioramento della salute ed alla cura delle patologie, tenendo in considerazione i ritmi di vita personali di ciascuna persona. Presso la palestra del Cab Polidiagnostico è possibile effettuare una serie di sedute di esercizio terapia con il Personal Trainer.

Dove siamo

via IV Novembre 26/E - 23891 BARZANÒ

Prenotazione visite

Tel 039 9210202 - Fax 039 9217095

Dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 20.00
sabato dalle 8.00 alle 13.00

Contatti

www.analisibarzano.it

polidiagnostico@analisiibarzano.it



cab polidiagnostico srl

Sede Legale via dei Mille, 4 - Barzanò Partita IVA 03134480130
Direttore dott. Paolo Godina - Direttore Sanitario dott. Stefano Mozzanica



2013
NOVITA

Medicina e Fisiologia dello Sport

Endurance center running, cycling, triathlon

Il Cab Polidiagnostico attraverso un nuovo e moderno servizio segue gli sportivi, professionisti e amatori, da un punto di vista medico con valutazioni funzionali e test di prestazione. Obiettivo: ottimizzare il rendimento sportivo ed avere un programma di allenamento specifico per ogni atleta.

In particolare offre a chi non ha alle spalle un'equipe medica o di professionisti, la possibilità di svolgere la propria attività sportiva al meglio delle prestazioni tutelando sempre la propria salute.



Certificati Agonistici e di Buona salute

Certificato di idoneità agonistica (B1)

Certificati di buona salute I livello
(visita ed elettrocardiogramma)

Certificati di buona salute di II livello
(Visita, Elettrocardiogramma basale e dopo sforzo, Spirometria, Esame urine)

Valutazione funzionale e di prestazione per lo sport

Per accedere ai Test di Valutazione Funzionale è necessario presentare una copia in corso di validità del certificato di idoneità agonistica salvo diversa indicazione dal medico.

Test del lattato

Test effettuato pedalando in laboratorio sulla propria bicicletta su ciclo simulatore (Computrainer RacerMate), su cicloergometro o su Tapis Roulant Professionale (Technogym) **utile per verificare le modificazioni delle condizioni di forma durante l'anno e per individualizzare i ritmi di allenamento.**

L'analisi dei risultati si basa sulla curva costruita con microprelievi di Lattato dal lobo dell'orecchio e sul profilo della Frequenza Cardiaca al crescere del carico. Possibilità di determinare con precisione la soglia anaerobica Lattacida e la capacità di Lavoro (Watt/Kg) nei punti importanti della curva.



Test V02MAX (massimo consumo di ossigeno) e soglia ventilatoria

Test effettuato pedalando in laboratorio sulla propria bicicletta su ciclo simulatore (Computrainer RacerMate), cicloergometro o su Tapis Roulant Professionale (Technogym) per determinare il Massimo Consumo di ossigeno e la Soglia Ventilatoria; questo tipo di valutazione è molto utile sia per monitorare nel corso dei mesi le **modificazioni dell'efficienza del motore biologico** in generale e delle condizioni di forma, sia per poter **impostare l'allenamento sulla base di ritmi di frequenza cardiaca** personalizzati dopo avere categorizzato l'atleta.

Test frequenza cardiaca/potenza (test Conconi)

Test effettuato pedalando in laboratorio sulla propria bicicletta su ciclo simulatore (CompuTrainer RacerMate), su cicloergometro o su Tapis Roulant Professionale (Technogym); il test permette **la valutazione dello stato di forma fisica e l'individualizzazione dei ritmi di allenamento** in base alla Frequenza Cardiaca che caratterizzano i diversi mezzi di allenamento.

Test frequenza cardiaca/potenza (test Conconi cardiologico)

Test Ergometrico Massimale Cardiologico con monitoraggio dell'Elettrocardiogramma su cui **effettuare l'analisi dei dati di frequenza cardiaca e potenza.** È possibile effettuare tale Test anche per il Podista su Tapis Roulant Professionale (Technogym) e ricavare i Ritmi (Frequenza Cardiaca e Tempi) per le Ripetute.

Programmazione dell'allenamento

Definizione personalizzata del programma dettagliato di allenamento giornaliero, con definizione dei mezzi e strumenti da utilizzare, tenendo in considerazione i risultati dei test ed applicando le più avanzate conoscenze nel campo della metodologia dell'allenamento. Possibilità di test sul campo di gara.

Consulenze di medicina dello sport

Cardiologia dello Sport, Pneumologia dello Sport, Traumatologia dello Sport, Integrazione Alimentare, Anti-Doping.

Nutrizione per lo sport

Uno stato di salute ottimale garantisce la massima espressione delle potenzialità fisiche ed atletiche di un individuo. Un'alimentazione corretta è il primo passo per portare gli atleti a migliori condizioni di salute, determinante per affrontare al meglio i periodi di intenso allenamento e di gara. I nostri specialisti possono predisporre un piano alimentare personalizzato, riferito alle reali esigenze di ciascun atleta.

Valutazione della composizione corporea

Misurazione impedenzometrica (analisi multifrequenza dell'impedenza corporea BIA), in grado di valutare la composizione corporea e di fare un'analisi segmentale del grasso corporeo e della massa magra. Ad essa si associa l'esame plicometrico per la misurazione dello spessore del grasso sottocutaneo e l'esame ecografico.

HOLTER di attività fisica

Esame per il calcolo del dispendio energetico totale e durante l'attività fisica, effettuato su misurazioni nelle 24 ore o, se necessario, su più giorni. Esso permette di personalizzare i programmi di allenamento e nutrizionali.



Centro accreditato FCI per la tutela della salute degli atleti ciclisti

