

SERVICIOS MÉDICOS-DEPORTIVOS

Reconocimiento Médico Deportivo (RMD) Avanzado

- Prueba de esfuerzo incremental con monitorización electrocardiográfica (EGC) y analizador de gases (VO₂max).
- Prueba progresiva y máxima en cicloergómetro (bicicleta) o cinta ergométrica.
- Determinación de umbrales (aeróbico-anaeróbico).

Reconocimiento Médico Deportivo (RMD) y Valoración de Rendimiento Deportivo

- Evaluación completa con pruebas de valoración funcional y rendimiento deportivo.
- Prueba de esfuerzo con EGC, consumo de oxígeno (VO₂max) y respuesta metabólica (test lactato). Protocolo de prueba específica para determinar indicadores fisiológicos de entrenamiento, eficiencia energética, flexibilidad metabólica, capacidad de recuperación, test de sudoración (pérdida de electrolitos) y respuesta térmica.
- Protocolo de prueba individualizada en cicloergómetro (bicicleta) o cinta ergométrica, en función del perfil del deportista, su modalidad deportiva y objetivos de la prueba.
- Protocolo de prueba de rendimiento de ciclismo en tu propia bicicleta (carretera, Aero y BTT) a través de ciclo simulador con potenciómetro homologado de Wahoo para una mayor precisión de rendimiento.
- Explicación de resultados y aplicaciones de nutrición al entrenamiento y recuperación.
- Explicación y envío del informe, junto con planificación de nutrición, por email.

RMD y Valoración de Rendimiento Deportivo con Asesoramiento y Planificación Nutricional

- Evaluación completa con pruebas de valoración funcional y rendimiento deportivo, en función del perfil del deportista, su modalidad deportiva y objetivos de la prueba.
- Evaluación completa de la composición corporal y hábitos alimenticios (cuestionario).
- Valoración metabólica del deportista (flexibilidad metabólica) y necesidades energéticas de rendimiento, en función de la prueba.
- Planificación de nutrición y estrategias de suplementación.
- Explicación de resultados y aplicaciones de nutrición al entrenamiento y recuperación.
- Explicación y envío del informe, junto con planificación de nutrición, por email.

RMD y Valoración de Rendimiento Deportivo Combinada (bicicleta & carrera)

- Evaluación completa con pruebas de valoración funcional y rendimiento deportivo.
- Pruebas completas de rendimiento combinadas en bicicleta y cinta ergométrica.
- Pruebas individualizadas de rendimiento en tu propia bicicleta con potenciómetro homologado Wahoo y en cinta ergométrica.
- Protocolo de pruebas de rendimiento en una misma sesión (duatletas & triatletas).
- Evaluación completa y pruebas de rendimiento en **días alternos**. En ambos días se realizarán las evaluaciones completas y las pruebas en diferentes modalidades deportivas (bicicleta & carrera)

Todo **RMD y pruebas de rendimiento** incluyen:

- *Anamnesis completa*: Se trata de hacer un historial médico – deportivo (antecedentes médicos, deportivos, historia clínica-deportiva, etc.).
- *Exploración funcional del aparato locomotor*: exploración motriz para observar posibles disimetrías y problemas osteoarticulares para prevenir riesgos de lesiones y optimizar el rendimiento deportivo.
- *Análisis de la composición corporal (antropometría)*: Conjunto de medidas encaminadas a la valoración de porcentajes de grasa, muscular, óseo, además de observar posibles disimetrías.
- *Espirometría*: Valoración de la capacidad pulmonar en reposo.

Reconocimiento Médico Deportivo (RMD) y Prueba de Esfuerzo (cardiológica)

- Prueba de esfuerzo básica (cardiológica) con monitorización electrocardiográfica (ECG) y tensión arterial (TA) continua durante la prueba.
- Prueba incremental y máxima en cicloergómetro (bicicleta) o cinta ergométrica.

Reconocimiento Médico Deportivo (RMD) Básico

- Revisión médica deportiva para la obtención de ficha federativa en cualquier modalidad deportiva.

Asesoramiento Nutricional y Suplementación con Prueba de Valoración Metabólica (prueba)

- Evaluación completa de la composición corporal y hábitos alimenticios (cuestionario).
- Valoración metabólica (flexibilidad metabólica) en cicloergómetro (bicicleta).
- Valoración de las necesidades energéticas del paciente, en función de la prueba.
- Planificación de nutrición y estrategias de suplementación.
- Prueba de valoración metabólica.

Asesoramiento Nutricional y Suplementación

- Evaluación completa de la composición corporal, hábitos alimenticios, planificación de nutrición y estrategias de suplementación. Incluye sesiones de control y seguimiento nutricional.
- Consulta de seguimiento y online (videollamada - skype)

Asesoramiento y Planificación de Entrenamiento

- Evaluación del estado de rendimiento e indicadores fisiológicos de entrenamiento.
- Programa específico y planificación de entrenamiento y competición de la temporada por medio de la plataforma online de entrenamiento Training Peaks (*TP*).

Podología Deportiva

- Estudio biomecánico con análisis de la pisada en carrera, plataforma de contacto e impresión plantar con técnica 3D.
- Estudio biomecánico + diagnóstico de plantillas.

Consultas de Medicina Deportiva

- Consultas en el ámbito de la medicina deportiva.

Equipo Profesional de Labsportsalud

- Dra. Andrea Suárez Segade (Medicina Deportiva y PhD en Fisiología)
- Jonathan Galán Carracedo (Ciencias del Deporte y PhD en Fisiología del Ejercicio)

Para más información puedes consultar nuestro perfil de Instagram: [@labsportsalud](#)