

## CENTRO DE EVALUACIÓN MÉDICO-DEPORTIVA



El **Centro de Evaluación Médico-Deportiva**, atiende de manera gratuita a la comunidad universitaria (alumnos, profesores, funcionarios, personal laboral) tanto la que practica deporte como la que quiere iniciarse en la práctica deportiva. Se encuentra situado en el edificio de entrada a la Instalación Deportiva de la Zona Sur.

En el **Centro de Evaluación Médico-Deportiva** se realizan reconocimientos médico-deportivos que consisten en:

- Valoración del estado de salud y aptitud para la práctica del ejercicio físico. El paciente realiza una serie de pruebas físicas para terminar en una prueba de esfuerzo.



- Valoración, control y seguimiento del rendimiento deportivo.



- Diagnóstico y tratamiento de las disfunciones y patologías relacionadas con la práctica deportiva.



- Prescripción del ejercicio como prevención y tratamiento de ciertas patologías (diabetes, sobrepeso, obesidad, hipertensión, estrés, etc.)



- Certificados de aptitud para las Federaciones Deportivas, fichas federativas, competiciones, etc.

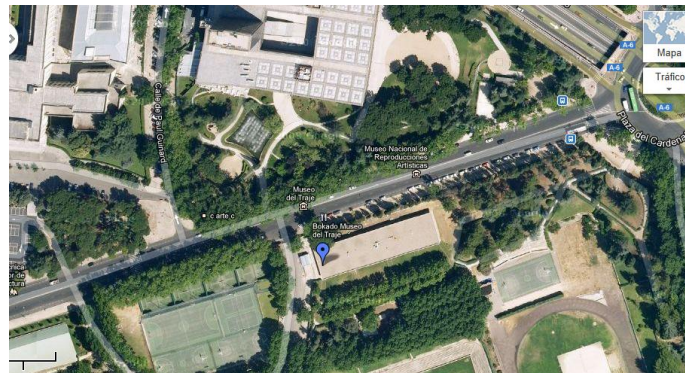


#### Área de Evaluación Funcional Médico-Deportiva:

- Antecedentes personales y familiares, enfermedad
- Historia nutricional
- Historia deportiva
- Exploración Física: dirigida preferentemente al territorio cardiovascular, respiratorio y locomotor
- Pruebas complementarias: ECG reposo, espirometría y otras que se deriven del estudio previo
- Valoración de analítica de sangre y orina, radiografías e informes relevantes aportados
- Estudio morfoestático y postural con valoración podoscópica

- Estudio Cineantropométrico: medición de pliegues cutáneos perímetros y diámetros para hallar porcentajes graso y muscular
- Dinamometría: medición de la fuerza de espalda, piernas y puños para valorar fuerza muscular e índice de fuerza
- Valoración y medición de flexibilidad
- Valoración Ergométrica aeróbica/anaeróbica: prueba de esfuerzo que se realiza en cicloergómetro con monitorización-cardíaca tensional y valoración de distintos parámetros de rendimiento (consumo indirecto de oxígeno, etc.)
- Informe final con indicaciones y contraindicaciones, nivel de aptitud e intervenciones que se aconsejen

### Citas para los reconocimientos médico-deportivos:



El Centro de Evaluación Médico-Deportiva se encuentra situado en dentro de la Instalación deportiva de la zona sur de la UCM, en la Avenida Juan de Herrera nº 1, frente al Museo del Traje y ETS de Arquitectura.

Para acceder a los reconocimientos médico-deportivos se necesita concertar una cita en la secretaría o por teléfono, debiendo acreditar su vinculación actual con la Universidad Complutense de Madrid y aportar una analítica reciente de sangre y orina.

Para concertar una cita se debe llamar al **91 394 11 63** los lunes, martes y miércoles de 9 a 13 h.

Se indicarán unas instrucciones precisas para el día de la cita que deberán seguir con rigor:

- Acudir bien dormido o descansado
- Es necesario hacer las pruebas en condiciones óptimas, es decir sin lesiones ni resfriado
- Traer pantalón corto, camiseta manga corta, zapatillas de deporte, calcetines
- Si se va a duchar al terminar gel, toalla y chanclas
- Pruebas de salud pertinentes para este reconocimiento
- Si es por la mañana desayunar hora y media antes y si fuese por tarde comer dos horas y media antes. No es nada aconsejable venir sin desayunar o sin comer.

Mi cita es el \_\_\_\_\_, día \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ a las \_\_\_\_\_ horas