



NUEVOS SERVICIOS MEDICINA DEPORTIVA METROPOLITAN

PRUEBA DE ESFUERZO MÁXIMA Y TEST DE LACTATO

METROPOLITAN
SPORT CLUB & SPA

PRUEBA DE ESFUERZO SUBMÁXIMA:

Este tipo de prueba es la que exigimos como mínimo en todas las altas mayores de 40 años aunque cualquier socio puede escoger realizar una prueba superior si lo desea.

- Existe la posibilidad de elegir entre cicloergómetro (bici) o cinta.
- El tiempo de la prueba son 30 minutos.

Esta prueba tiene un coste de 29€ para nuestros socios y de 39€ en el caso que se trate de un cliente externo.

Esta prueba incluye:

- Anamnesis e Historia clínica
- Exploración Física completa
- Exploración cardiorrespiratoria (espirometria)
- Electrocardiograma en reposo
- Prueba de esfuerzo submáxima (es el médico que decide poner fin a la prueba siguiendo un protocolo establecido)
- Informe médico y recomendaciones

PRUEBA DE ESFUERZO MÁXIMA:

Existe la posibilidad de elegir entre cicloergómetro (bici) o cinta. El tiempo de la prueba es también de 30 minutos. La única diferencia con la prueba submáxima es que en la prueba máxima es el socio quién decide cuando quiere finalizar la prueba porque ya no puede más.

Esta prueba tiene un coste de 35€ para nuestros socios y de 69€ en el caso que se trate de un cliente externo.

Esta prueba incluye:

- Anamnesis e Historia clínica
- Exploración Física completa
- Exploración cardiorrespiratoria (espirometria)
- Electrocardiograma en reposo
- Prueba de esfuerzo máxima (en este caso es el mismo socio quién decide poner fin a la prueba porque no puede más...)
- Informe médico y recomendaciones

PRUEBA DE ESFUERZO MÁXIMA CON TEST DE LACTATO:

Se trata de una prueba de esfuerzo muy completa recomendada especialmente para aquellos socios acostumbrados a un entrenamiento más exigente que se preparan para alguna competición (ya sean maratonianos, triatletas, nadadores en aguas abiertas) que les permitirá poder ajustar mejor sus entrenos.

- Existe la posibilidad de elegir entre cicloergómetro (bici) o cinta.
- El tiempo de la prueba es de 60 minutos.

Esta prueba tiene un coste de 69€ para nuestros socios y de 99€ en el caso que se trate de un cliente externo.

Esta prueba incluye:

- Anamnesis e Historia clínica
- Exploración Física completa
- Exploración cardiorrespiratoria (espirometria)
- Electrocardiograma en reposo
- Prueba de esfuerzo máxima (en este caso es el mismo socio quién decide poner fin a la prueba porque no puede más...)
- Test de Lactato: Este test permite determinar donde se encuentra el umbral anaeróbico del paciente para poder ajustar mejor los entrenamientos según las frecuencias cardíacas aconsejadas).
- Informe médico y recomendaciones

TIPO DE PRUEBA	TIEMPO	PRECIO SOCIO	PRECIO CLIENTE EXTERNO
Prueba de Esfuerzo Submáxima	30'	29€	39€
Prueba de esfuerzo Máxima	30'	35€	69€
Prueba de Esfuerzo Máxima con Test de Lactato	60'	69€	99€