

The practice of physical exercise or activity is undoubtedly beneficial for the heart and circulation and is generally considered essential for good health, quality of life and the overall development of the individual.

However, we know that for some people the intensive practice of sport without medical supervision may entail an associated risk, accelerating the progression of a latent disease not yet discovered and, in the worst case, even cause sudden death.

The Spanish Society of Cardiology recommends in its courses of action guide a Sports Practice Cardiovascular Examination to detect a number of diseases and, thus, establish the guidelines with which to define the kind and level of physical exercise suitable for each patient. Physical exercise is also recommended as a complement to treatment for cardiovascular disease.

That is why, at Hospiten Clínica Roca, we have specialists in Cardiology, and in Sports and Physical Education Cardiology with the best technology to carry out in-depth cardiovascular studies.

We will carry out a full study of the patient's cardiovascular system before practicing sport and advise him/her on the most suitable and personalized kind of activity for each person.

**24 HORAS**

[URGENCIAS HOSPITEN]



**HOSPITEN CLÍNICA ROCA  
SAN AGUSTÍN**

Buganvilla, 1  
35100 San Agustín – Gran Canaria  
Tel.: 928 76 90 04  
Tel. Consultas: 928 73 03 62  
e-mail: info@clinicaroca.com



**CENTRO DE ESPECIALIDADES  
MÉDICAS VECINDARIO**

Avda. de Canarias, 54  
Tel.: 928 73 03 62

WWW.HOSPITEN.COM



HOSPITEN  
CLÍNICA ROCA

**CHEQUEO CARDIOVASCULAR  
DEPORTIVO  
CARDIOVASCULAR CHECK-UP  
FOR SPORTSPEOPLE**



Servicio de Cardiología  
Cardiology Service

HOSPITEN  
CLÍNICA ROCA

La realización de actividad o ejercicio físico aporta inudables beneficios cardiovasculares y es considerada por la población en general como un elemento esencial para la salud, la calidad de vida y el desarrollo integral de la persona.

Sin embargo, sabemos que para algunas personas la práctica deportiva intensa sin control médico puede entrañar un riesgo asociado, acelerando la progresión de una enfermedad latente desconocida hasta ese momento y en su extremo más dramático, incluso provocando una muerte súbita.

La Sociedad Española de Cardiología recomienda en sus guías de actuación realizar un Reconocimiento Cardiovascular Preparticipación Deportiva para detectar diversas patologías, y de este modo establecer unas pautas que permitan adecuar el tipo y nivel de ejercicio físico a cada paciente. Del mismo modo, recomienda la práctica de la actividad física como complemento en el tratamiento de la enfermedad cardiovascular.

Para ello contamos en nuestro centro de Hospiten Clínica Roca con profesionales especialistas en Cardiología y en Cardiología del Deporte y de la Actividad Física que disponen de la tecnología óptima para realizar un estudio cardiovascular exhaustivo.

Estudiaremos de forma completa el sistema cardiovascular de los pacientes previa a la práctica deportiva, aconsejando la actividad adecuada y personalizada a cada persona.



## LA CONSULTA DE CARDIOLOGÍA DEPORTIVA INCLUYE:

- Consulta con especialista en Cardiología quien realizará un interrogatorio exhaustivo con especial interés en los factores de riesgo cardiovasculares.
- Exploración Clínica Cardiológica completa.
- Electrocardiograma de 12 derivaciones de reposo.
- Ecocardiografía modo M, bidimensional y doppler color donde se valorará la función ventricular. Se analizará con detalle el funcionamiento cardíaco así como posibles alteraciones congénitas y/o adquiridas.
- Prueba de esfuerzo convencional en tapiz rodante con protocolos ajustados a las necesidades de cada paciente; con el fin de adecuar posteriormente su actividad física a su fisonomía y fisiología, además de descartar arritmias y/o isquemia en los esfuerzos importantes.
- En los casos necesarios el estudio se podrá ampliar con otras pruebas específicas en función de los resultados obtenidos (doppler de arterias carótidas, Radiografía de tórax, monitorización ambulatoria de presión arterial o ritmo cardíaco...)

## THE SPORTS CARDIOLOGY CONSULTATION INCLUDES:

- A consultation with a cardiologist, who will ask the patient a series of carefully prepared questions, paying particular attention to cardiovascular risk factors.
- A full cardiological examination.
- A 12-lead electrocardiogram in repose.
- M-mode, bi-dimensional and color Doppler echocardiography, in which the ventricular function is assessed. The heart function is analyzed in depth, as are any possible congenital and/or acquired irregularities.



- A conventional strength test on the treadmill adjusted to the needs of each patient to later adapt his /her physical activity to his/her physiognomy and physiology, in addition to ruling out arrhythmia and/or ischemia under exertion.
- In those cases where it is deemed necessary, the study may be extended to include further specific tests depending on the results obtained (carotid artery Doppler, thoracic radiography, outpatient monitoring of blood pressure or heart rate, etc.)

## DURACIÓN DE LAS PRUEBAS Y ENTREGA DE RESULTADOS

Todo el estudio se realizará en una única visita del paciente a HOSPITEN Clínica Roca y a su salida se entregará un informe con los resultados de las pruebas así como las recomendaciones y pautas médicas necesarias para obtener el máximo beneficio y satisfacción en la práctica de su actividad física, con una mayor garantía para su salud y seguridad.

## DURATION OF THE TESTS AND DELIVERY OF RESULTS

The whole study requires a single visit by the patient to HOSPITEN Clínica Roca and on leaving he/she will be given a report with the test results and medical recommendations and guidelines to obtain the maximum benefit and satisfaction from the practice of his/her favorite physical activity, with a greater guarantee for his/her health and safety.

## QUIÉN DEBE ACUDIR A ESTA CONSULTA?

- Jóvenes a partir de los 12 años que vayan a practicar deportes de competición.
- Deportistas que hagan ejercicio físico de forma regular a una intensidad moderada-alta (gimnasio, campeonatos de veteranos, etc.)
- Personas con enfermedad cardiovascular o factores de riesgo cardiovascular (antecedentes familiares, sedentarismo, obesidad, tabaquismo, hipertensión arterial, diabetes, etc.) que vayan a iniciar una actividad física de forma regular.
- Mayores de 35 años en deporte federado. Deportistas de competición tanto a nivel nacional como internacional.
- En general a toda persona que quiera comprobar su estado físico antes de realizar una actividad deportiva.

## WHO SHOULD HAVE A CONSULTATION?

- Young people over 12 years of age who are going to practice competition sports.
- Sportspeople who regularly do moderate-to-high intensity physical exercise – at the gymnasium, veterans' competitions, etc.
- Those with cardiovascular disease or cardiovascular risk factors (family history, sedentary lifestyle, obesity, smoking, high blood pressure, diabetes, etc.) and are going to take up physical exercise on a regular basis.
- Those over 35 years of age who are federated in a sport.
- Competition sportspeople, at national or international level.
- In general, all those who wish to test their physical condition before doing sport.

## POR QUÉ ES IMPORTANTE ESTE CHEQUEO?

La mayoría de los trastornos cardíacos que desencadenan un suceso fatal cursa sin que el deportista manifieste síntomas.

Determinar si existe contraindicación médica para determinar la práctica de actividad física.

Excluir a los individuos que puedan tener riesgo en ciertos deportes peligrosos.

Conocer la tolerancia del individuo al esfuerzo que va a realizar.

## WHY IS THIS CHECK-UP IMPORTANT?

Most heart conditions that cause fatal incidence develop without the sportsperson noticing any symptoms.

To find out whether there is any medical reason for not choosing a physical activity.

To exclude those people who may be at risk when practicing certain dangerous sports.

To find out a person's tolerance to the exertion he/she is going to exercise.

HOSPITEN  
CLÍNICA ROCA