



FORTUNA
kirol elkartea
club deportivo

¿POR QUÉ ES RECOMENDABLE HACER REVISIONES DEPORTIVAS ANUALES?

- Porque se valora la capacidad física de una persona para la práctica deportiva.
- Puede descartar problemas en el corazón (soplos, etc...).
- Porque puede detectar contraindicaciones para la práctica deportiva.

¿POR QUÉ ES RECOMENDABLE HACER ANALÍTICAS DE SANGRE?

- Porque se usa como rutina para ayudar en el diagnóstico de enfermedades o como control de salud.
- Porque ayuda a detectar si el deportista tiene carencias que le impidan entrenar y competir con un rendimiento óptimo (anemias, nivel de cansancio, etc...).

Desde una edad temprana, cuantas más rutinas saludables se adquieran, en el futuro las tendremos asimiladas en nuestra rutina diaria.