



Traumatología

Kinesiología

Imagenología

Gimnasio

Reintegro Deportivo

Psicología del Deporte

Cardiología

Nutrición

Entrenamiento Funcional

Ortopedia

Fisiología del Ejercicio

Medicina del Dolor

Neurología

Geriatría

Acupuntura

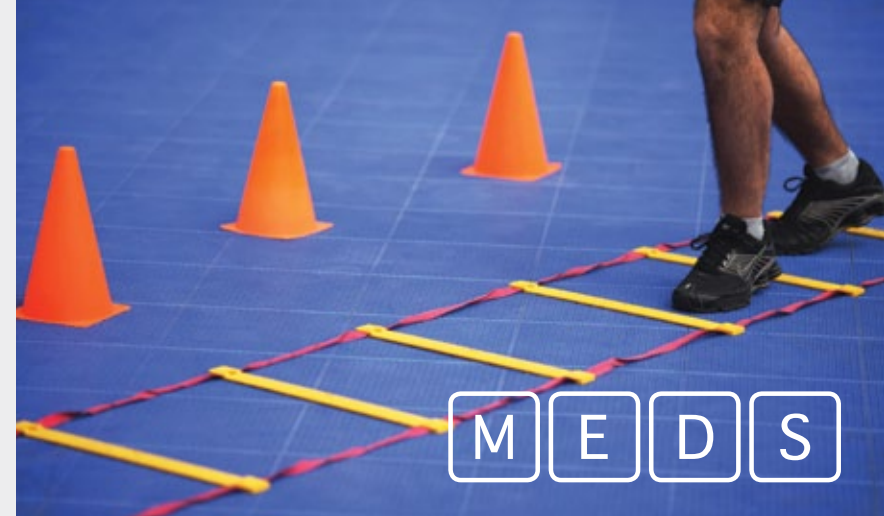
Spa

Reintegro
Deportivo



Av. Isabel La Católica 3740 Las Condes - Fono: 56 2 499 6400
Av. Las Condes 13451 Las Condes (Mall Sport) Fono: 56 2 499 6500
ABIERTO DE LUNES A DOMINGO - info@meds.cl - www.meds.cl





Reintegro Deportivo

Es común sentir un cierto grado de incertidumbre y temor al momento de **volver a realizar actividad deportiva luego de haber sufrido una lesión**, especialmente si el tiempo de recuperación ha sido largo y las condiciones físicas y técnicas ya no son las mismas que existían antes de lesionarse.

Si bien la vuelta al deporte, tradicionalmente se ha establecido de acuerdo a evaluaciones objetivas, (como evaluaciones de fuerza, flexibilidad o estabilidad) éstas no aseguran necesariamente que el deportista sea capaz de reincorporarse a una actividad en la que el buen rendimiento depende, en gran parte, de la capacidad para generar fuerza a diversas velocidades y condiciones.

En este contexto, surge la necesidad de elaborar un **programa de rehabilitación avanzado**, es decir, un programa de retorno a un entorno exigente, que involucre actividades funcionales, perfeccionamiento y corrección del gesto deportivo, fortalecimiento y potenciación muscular intensa y en el cual los criterios de reincorporación se basen en las habilidades y capacidades funcionales del atleta, que tengan una relación más directa con las exigencias de un deporte en concreto.

Es así como **MEDS**, en su constante afán de innovar para ofrecer la mejor y más completa recuperación de sus pacientes, ha desarrollado el área de reinserción a la actividad deportiva. **Esta área cuenta con una gran infraestructura, características e implementos necesarios para el desarrollo de todas las aptitudes físicas que se han perdido producto de una lesión y que son necesarias para la práctica deportiva.** Además, existe un constante control por parte de kinesiólogos, para realizar

una correcta evaluación, planificación y ejecución de programas de ejercicios individualizados orientados a pacientes que se encuentren en la etapa final de su proceso de rehabilitación.

Servicios:

- **Programas grupales:** Sesiones de aproximadamente una hora y media de duración, orientadas a grupos de pacientes, donde se realizará una progresión de actividades relacionadas con su deporte con el fin de obtener un reintegro seguro a su deporte

Días y Horario: De lunes a sábado en los siguientes horarios:

Días	Grupo 1	Grupo 1	Grupo 1	Grupo 4
Lunes a Viernes	7:30 - 9:00	13:00 a 15:00	18:00 a 19:00	19:30 a 21:00
Sábado	10:00 - 12:30	10:00 a 12:30	10:00 a 12:30	10:00 a 12:30

- **Personal Kine:** Programas individuales con kinesiólogo personal que tienen una duración de una hora en el cual se incluye la evaluación, planificación y ejecución del plan de ejercicios.

Días y Horario: De lunes a viernes según disponibilidad de agenda del kinesiólogo.

- **Evaluación Funcional:** Evaluación que permite obtener un parámetro objetivo para determinar si el segmento lesionado está en condiciones de realizar un esfuerzo físico igual que la extremidad sana.

