



healthy UAL

Informe de Salud y Condición Física



Research Group
(CTS-1024)

Scientific
Projects
Organization &
Research
Training



UNIVERSIDAD DE ALMERÍA

El presente informe no pretende establecer un diagnóstico médico. Si tiene cualquier duda debe consultar con su profesional sanitario.

El Responsable del tratamiento de sus datos es el Grupo de Investigación SPORT Research Group (CTS-1024), tratados con la FINALIDAD de realizar el correspondiente informe de condición física - salud. Con esos datos se realizarán estadísticas totalmente anonimadas, con fines de investigación. La LEGITIMACIÓN está basada en el consentimiento del interesado. Puede acceder, rectificar y suprimir los datos, así como ejercer sus DERECHOS de portabilidad y limitación, enviando un correo al Investigador Principal (IP) del estudio, ENRIQUE GARCÍA ARTERO, a la dirección artero@ual.es



DATOS PERSONALES

Nombre y apellidos:

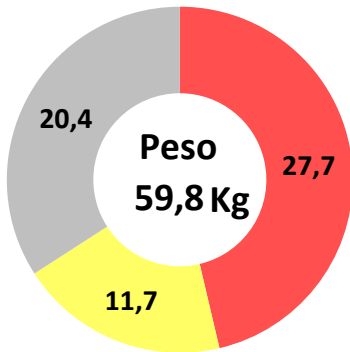
Edad:

Email:

Fecha de reconocimiento:

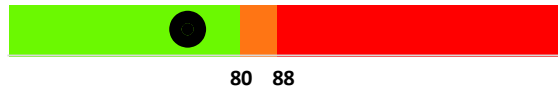
Teléfono:

COMPOSICIÓN CORPORAL

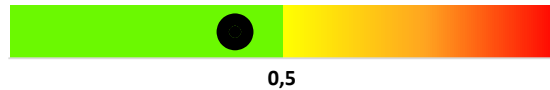


■ Masa Muscular (Kg) ■ Masa Grasa (Kg) ■ Otros (Kg)

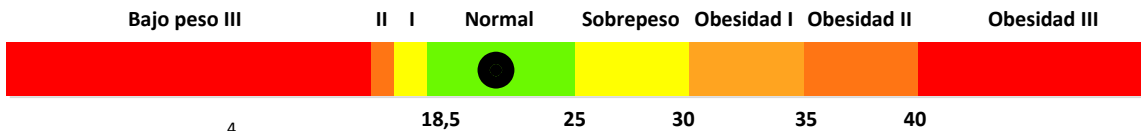
Perímetro de cintura: ¹ 69 cm



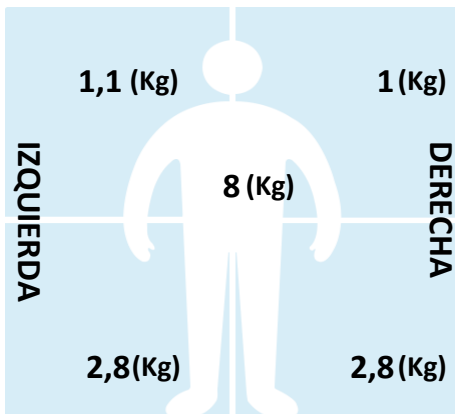
Ratio cintura-altura: ² 0,4



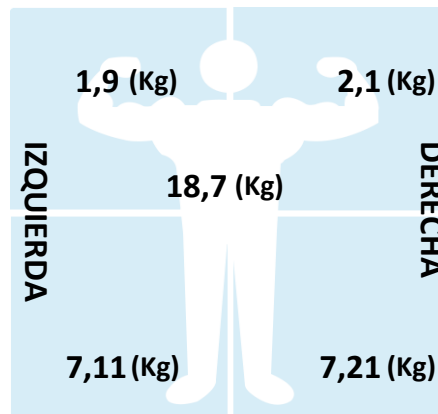
IMC: ³ 21,4 Kg/m²



% Masa Grasa: ⁴ 20%



Análisis Grasa por Segmentos



Análisis Magro por Segmentos

¹Alberti KG et al. (2009). *Circulation* 120(16): 1640-5.

²Ashwell M et al. (2012). *Obes Rev* 13(3): 275-86.

³World Health Organization (1995). *Physical status: The use of and interpretation of anthropometry*.

⁴Jeukendrup et al. (2010). *Sport nutrition*. Champaign, IL: Human Kinetics.

SALUD ARTERIAL



Presión Arterial Sistólica Central: ⁵ 103 mmHg

Presión Arterial Sistólica Braquial: ⁶ 115 mmHg



Presión Arterial Diastólica Braquial: ⁶ 76 mmHg



Velocidad onda de pulso (VOP): ⁷ 4,9 m/s



Sus vasos sanguíneos son más jóvenes que usted.

⁵McEniery CM et al. (2014). *European Heart Journal* 35(26): 1719-25.

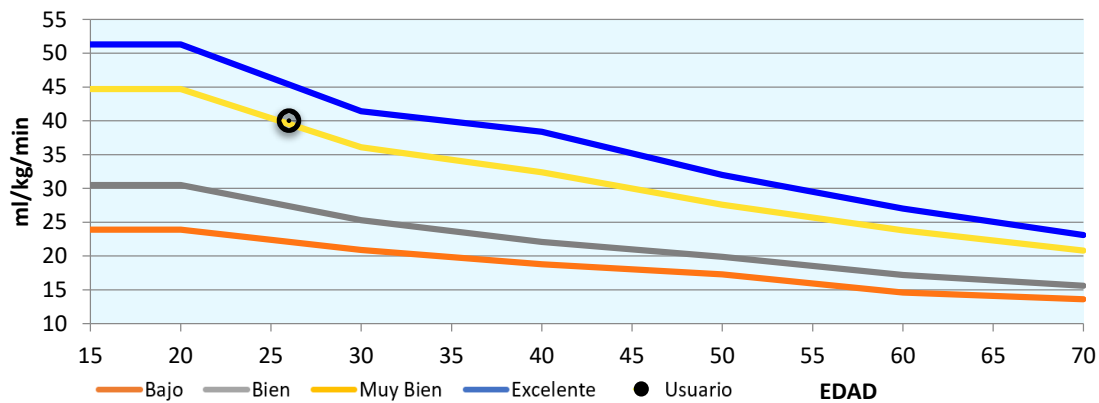
⁶Lloyd-Jones DM et al. (2010). *Circulation* 121(4): 586-613.

⁷Mancia C et al. (2013). *J Hypertens* 31(7): 1281-357.



CONDICIÓN FÍSICA

VO₂máx: ⁸ 40,0 ml/kg/min ⁹



Fuerza de Presión Manual ¹⁰



■ Excelente
■ Alta
■ Buena
■ Baja
■ Muy baja



FC de Reposo ¹¹



63 lpm

■ Excelente
■ Buena
■ Normal
■ Inadecuada



⁸Kaminsky LA et al. (2015). *Mayo Clinic Proceedings* 90 (11): 1515-23.

⁹Sartor F et al. (2016). *PLoS one* 11(12): e016815.

¹⁰Dodds RM et al. (2014). *PLoS one* 9(12): e113637.

¹¹American College of Sports Medicine (2017). *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription*.