



Manual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio /

Mahler, Donald A.,
autor

Paidotribo,
2014

Monografía

SECCION 1 Evaluación de la salud, valoración del riesgo y seguridad en el ejercicio. CAPÍTULO 1 BENEFICIOS Y RIESGOS ASOCIADOS AL EJERCICIO Perspectiva de la sanidad pública Beneficios de actividad física regular Riesgos asociados con la prueba de esfuerzo Riesgos asociados a la actividad física CAPÍTULO 2 EVALUACIÓN DE LA SALUD Y ESTRATIFICACIÓN DEL RIESGO Evaluación de la salud para la actividad física Estratificación del riesgo Resumen SECCION 2 Valoración del ejercicio CAPÍTULO 3 EVALUACIÓN PREVIA Valoración clínica Contraindicaciones a la prueba de esfuerzo Consentimiento con conocimiento de causa Instrucciones al paciente CAPÍTULO 4 CONTROL DEL NIVEL DE FITNESS Propósitos del control del nivel de fitness Principios básicos y directrices Composición corporal Capacidad aeróbica Fitness muscular CAPÍTULO 5 PRUEBA DE ESFUERZO CLÍNICA Indicaciones y aplicaciones Modalidades de prueba de esfuerzo Protocolos de ejercicio Mediciones Periodo posterior al ejercicio Indicaciones para la finalización de la prueba de esfuerzo Prueba de esfuerzo con radionúclidos Pruebas sin ejercicio o pruebas farmacológicas Consideraciones sobre los pacientes con afecciones pulmonares Resumen de la metodología CAPÍTULO 6 INTERPRETACIÓN DE LOS DATOS DE LA PRUEBA Interpretación de los datos del control del nivel de fitness Prueba de esfuerzo progresivo como medio para la detección de enfermedades de las arterias coronarias Interpretación de las respuestas a la prueba de esfuerzo progresiva Interpretación de los datos de la prueba clínica Valor predictivo de la prueba de esfuerzo Interpretación de la prueba de esfuerzo en pacientes con afecciones pulmonares SECCIÓN 3 Prescripción del ejercicio CAPÍTULO 7 PRINCIPIOS GENERALES DE LA PRESCRIPCION DEL EJERCICIO Introducción Capacidad aeróbica Umbrales calóricos para la adaptación Ritmo de progresión Flexibilidad musculoesquelética Fitness muscular Supervisión del programa CAPÍTULO 8 PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO PARA PACIENTES CON CARDIOPATÍAS Programas para pacientes hospitalizados Programas para pacientes ambulatorios Entrenamiento contrarresistencia Otras consideraciones CAPÍTULO 9 PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO PARA PACIENTES CON AFECCIONES PULMONARES Prescripción del ejercicio Consideraciones especiales Tipos de entrenamiento Diseño y supervisión del programa CAPÍTULO 10 OTRAS CONSIDERACIONES CLÍNICAS QUE INFLUYEN EN LA PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO Hipertensión Enfermedad vascular periférica Diabetes mellitus Obesidad CAPÍTULO 11 VALORACIÓN Y PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO PARA NIÑOS, ANCIANOS Y EN EL EMBARAZO Niños Ancianos Embarazo Apéndice A Medicaciones corrientes Apéndice B Tratamiento de urgencia Apéndice C Interpretación del ECG e información diagnóstica relacionada Apéndice D Cálculos metabólicos Apéndice E Consideraciones ambientales Apéndice F Títulos del American College of Sports Medicine Conocimientos,

Título: Manual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio American College of Sports Medicine ; [Donald A. Mahler... et al.]

Edición: 2ª ed., 3ª reimp

Editorial: Barcelona Paidotribo 2014

Descripción física: 412 p. 18 cm

Mención de serie: Medicina deportiva

Nota general: Traducción de la 5ª ed. de ACSM's Guidelines for Exercise Testing and prescription ACSM = American College of Sports Medicine

ISBN: 9788480194273

Materia: Ejercicio Promoción de la salud Condición física

Autores: Mahler, Donald A., autor

Entidades: American College of Sports Medicine otros

Punto acceso adicional serie-Título: Medicina deportiva (Paidotribo)

Baratz Innovación Documental

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60
- informa@baratz.es