

# Sportcat aposta per la prevenció en els més petits

► L'equip mèdic del centre alerta els pares que un bon seguiment del creixement dels fills permet tractar a temps malalties que poden derivar en lesions esportives en el futur.

DdG | GIRONA

Es calcula que el 50 per cent de les lesions esportives es podrien evitar si es tinguessin en compte factors tan diversos com la temperatura de l'ambient, la utilització de dispositius de protecció necessaris, l'ús del calçat més adequat o la realització d'una exhaustiva revisió medicoesportiva abans de començar a practicar l'activitat.

No en va, el millor tractament és sempre una bona prevenció, una màxima que cal tenir especialment present quan es tracta dels més petits de la casa.

És per això que l'equip del centre de medicina esportiva Sportcat destaca la importància d'actuar en aquesta etapa. «Mai és massa aviat per començar a mirar si tenim algun problema i mai és massa tard per intentar millorar-lo, però en el cas dels més petits, quan més aviat se'ls faci un bon seguiment del seu creixement, abans podrem veure, controlar i prevenir problemes futurs», destaca el director del centre, el doctor Jordi Surós. Així, lesions típiques de l'etapa de creixement, com són la malaltia d'Osgood-Schlatter, els isquiotidials curts,

l'escoliosi o les dismetries, són algunes de les especialitats d'Sportcat. I què passa quan la lesió es detecta en l'edat adulta, un cop superada la fase de creixement? Evidentment, la prevenció evitarà que el problema avanci, però estarem en un punt en què caldrà buscar solucions a les patologies sorgides.

Per aconseguir-ho, el centre de medicina esportiva Sportcat posa a disposició dels pacients uns recursos tècnics d'avantguarda: tècniques pròpies per tendinopaties, que han estat presentades en diversos congressos internacionals; aparells de darrera generació, com el làser d'alta potència IR de 10watts; aparells de termoteràpia profunda per UHF; aparells d'estimulació corporal global o utilització dels factors de creixement (PRGF) amb tècniques completament diferents de les habituals.

Aquests mitjans punters permeten a Sportcat arribar allà on d'altres no arriben i resoldre des de fibrosis postquirúrgiques, fins a tendinopaties rebels que no milloren, passant per patologies com les distròfies, l'osteochondritis o l'osteoporosi. «Una altra de les característiques que ens diferen-

Sportcat disposa d'uns recursos tècnics d'avantguarda, com el làser d'alta potència de la imatge.



**El millor tractament és la prevenció, màxima que cal tenir molt en compte quan es parla dels més petits**

**Sportcat compta amb un equip multidisciplinari que assessorà el client en tot allò que requereixi**

cia -explica el doctor Surós- és que aconseguim molt bons resultats en molt poc temps. Cal tenir present que com més aviat es

solucioni una patologia, menys efectes secundaris patirem».

**Un equip multidisciplinari**

Sportcat compta amb un equip mèdic multidisciplinari, amb capacitat per assessorar el client en tot allò que requereixi, ja sigui per millorar el seu estat de salut o per obtenir un millor rendiment esportiu.

L'equip està format per Toni Solà (nutricionista), Bernat Vázquez (biomecànic de la marxa), Irene Potau (podòloga), Sandra Ramírez i Albert Masó (fisioterapeutes), Natàlia Romagós (massatgista-spa), Jordi Checa (coach i personal trainer), Jose Escuredo (biomecànic de la bicicleta), Iris Forcada (infermeria) i el director del centre, Jordi Surós, metge especialista en medicina i traumatologia esportiva.

Un ventall d'especialitats que permet a Sportcat no solament posar remei a les patologies o lesions dels seus clients, sinó també dissenyar plans d'entrenament personalitzats o acompanyar l'atleta en els seus objectius i ajudar-lo a aconseguir-los.

- Medicina i traumatologia esportiva
- Ecografia músculo-esquelètica
- Revisions mèdico-esportives
- Proves fisiològiques de rendiment esportiu
- Entrenaments personalitzats
- Coaching esportiu
- Sessions individualitzades i en grup de gimnàs
- Podologia
- Estudis biomecànics de la marxa
- Estudis biomecànics del ciclista i la bicicleta
- Estudis biomecànics de la mandíbula
- Dietètica i nutrició
- Fisioteràpia i rehabilitació
- Recuperació esportiva
- Massatges corporals - fitness spa
- Analítiques
- Docència i formació continuada

**SPORTCAT**  
Sports Medicine

Visita'ns a:

📍 Avinguda Lluís Pericot n° 76  
baixos  
Girona (17003)  
Tel. 972 208 528 / 625 634 531  
info@sportcat.cat

🐦 @sportcatcat

📘 SPORTCAT  
(Sports Medicine)

