

## CHECK UP RAF SPORTIVO

### CHE COSA É UN CHECK UP? E PERCHE' SOTTOPORSI AL CHECK UP? QUALE É LA SUA EFFICACIA?

Nella lingua inglese la parola "Check Up" significa genericamente "controllo".

Nel gergo sanitario essa indica il complesso di indagini che vengono eseguite per valutare le condizioni di salute di un individuo, sia in assenza di evidente malattia, e quindi a scopo preventivo, sia in un soggetto non-sano o francamente malato, per ottenere informazioni sul decorso della condizione clinica.

Esso è basato in genere sull'esame clinico corredato da una serie di esami di laboratorio e strumentali atti a fornire dati sulle eventuali alterazioni strutturali o funzionali dei diversi organi e apparati.

Il Check Up così inteso è funzionale quindi a una **diagnosi precoce** e, di conseguenza, è utile per attuare tempestivi interventi e cure che evitino l'esordio di una patologia o, se già conclamata, che ne ritardino l'avanzamento e/o l'aggravamento.

### IL CIRCUITO "CHECK UP SPORTIVO"

Esso prevede che tutte le prestazioni sanitarie che lo costituiscono siano effettuate nella stessa giornata, a meno che non intervengano necessità diagnostiche particolari, presso la sede di via Respighi 2 a Milano.

E' un tipo di indagini integrate indirizzate a chi vuole conoscere la sua condizione fisica attuale in riferimento allo sport che gli è geneticamente più congeniale (performance di potenza o di resistenza) e a quali infortuni non da contatto è geneticamente predisposto (injury).

Questi due aspetti (performance e injury) sono "scritti" nel nostro patrimonio genetico (il DNA cellulare) che, prelevato con un semplice tampone strofinato sulla parte interna delle guance e analizzato con apposite metodiche, ci dice a cosa siamo predisposti per tutta la vita.

I medici costituiscono un pool completamente dedicato, costituito da medici afferenti a vario titolo all'Ospedale San Raffaele, e quindi costantemente aggiornati attraverso l'Università e la Ricerca.

Il modello clinico adottato si basa sulla visione olistica della medicina e sulla salda integrazione tra i vari specialisti, abituati a operare in équipe per assicurare un efficiente, completo e veloce iter diagnostico: metodologia questa attuabile solo se si considera ogni persona un individuo unico a se' stante. I protocolli clinici vengono inoltre continuamente aggiornati secondo le linee guida nazionali e internazionali e alla luce delle più recenti scoperte scientifiche.

La sua attendibilità si basa sulla efficace capacità diagnostica, e quindi preventiva e predittiva, ottenuta valutando le caratteristiche personali del singolo individuo, a partire da età, sesso, anamnesi e stili di vita.

### PERCHE' SCEGLIERCI

- ✓ abbiamo una esperienza ventennale nell'ambito e con grandi volumi di attività
- ✓ utilizziamo strumentazione e tecnologia all'avanguardia
- ✓ poniamo particolare attenzione agli aggiornamenti di carattere sanitario e scientifico
- ✓ garantiamo una équipe medica dedicata di primo livello
- ✓ organizziamo un circuito dedicato
- ✓ diamo la possibilità ai clienti, grazie alla partnership con Ospedale San Raffaele, di usufruire anche dell'Ospedale sia per esami che ricoveri
- ✓ siamo in centro a Milano con una location comoda, bella e confortevole
- ✓ facciamo questo di lavoro

A seguire la descrizione del **Check Up RAF SPORTIVO**.

## CHECK UP RAF SPORTIVO

AMBITI DI STUDIO	INDAGINE
SPORTIVO	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ TEST GENOMICO SU CAMPIONE SALIVARE ESEGUITO MEDIANTE TECNICA NEXT GENERATION SEQUENCING (NGS)</li> </ul>
	<p>D-WALL: ATTRAVERSO LE IMMAGINI RACCOLTE DA UNO SPECCHIO DIGITALE E' POSSIBILE COORDINARE POSTURA E SFORZO PER L'ALLENAMENTO O LA RIABILITAZIONE CON UNA OTTIMIZZAZIONE DELLA TECNICA ESECUTIVA</p> <p>E, SU RICHIESTA, TEST DI PROVA CON: AlterG: TREADMIL ANTIGRAVITAZIONALE CHE CONSENTE CORSA E CAMMINATA CON RIDUZIONE DEL PESO FINO ALL'80%</p>
MEDICINA INTERNA	-VISITA INTERNISTICA
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ ECOGRAFIA ADDOME COMPLETO</li> </ul>
CARDIO VASCOLARE	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ ECOCOLODOPPLER TSA (&gt;40 ANNI)</li> <li>▶ ELETTRICARDIOGRAMMA</li> <li>▶ VISITA CARDIOLOGICA</li> <li>▶ ECOCARDIOGRAMMA COLOR DOPPLER</li> <li>▶ TEST ERGOMETRICO (ECG SOTTO SFORZO)</li> </ul>
OCULISTICA	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ VISITA OCULISTICA CON: esame fondo occhio in miosi, tonometria e visus</li> </ul>
DERMATOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ VISITA DERMATOLOGICA</li> </ul>
PERCORSO UOMO UROLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ VISITA UROLOGICA (&gt; 40 anni)</li> </ul>
PERCORSO DONNA APPARATO MAMMARIO E GENITALE	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ VISITA GINECOLOGICA CON: Obiettività mammaria Pap test</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ MAMMOGRAFIA: (&gt; 40 anni)</li> </ul>

<p><b>ESAMI LABORATORIO</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Alanina Aminotransferasi</li> <li>▶ Anti HCV anticorpi totali (nota 1)</li> <li>▶ Anticorpi anti HbsAg quantitativi</li> <li>▶ Anticorpi reaginici (RPR)</li> <li>▶ Antigene Australia</li> <li>▶ Aspartato aminotransferasi</li> <li>▶ Colesterolo HDL, LDL, totale</li> <li>▶ Creatinina</li> <li>▶ Esame emocromocitometrico + formula leucocitaria + piastrine</li> <li>▶ Esame urine completo</li> <li>▶ Gammaglutamiltransferasi</li> <li>▶ Glucosio</li> <li>▶ Ricerca sangue occulto (nota 2)</li> <li>▶ Tempo di protrombina</li> <li>▶ Tempo di tromboplastina parziale</li> <li>▶ Trigliceridi</li> </ul> <p><b>Donne</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Ferritina</li> </ul> <p><b>Uomini</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ PSA Reflex (&gt; 40 anni)</li> </ul>
---------------------------------	--	--

NB : A RICHIESTA, RILASCIO DI CERTIFICAZIONE MEDICA PER ATTIVITA' SPORTIVA NON AGONISTICA

**NOTE**

nota 1: In caso di positività in pazienti non noti verranno automaticamente eseguiti i test di validazione sulla positività degli esami di screening che potrebbero non essere confermati.

nota 2: Il campione deve essere consegnato il giorno di esecuzione del check up o comunque entro e non oltre il 4° giorno dall'esecuzione del check up stesso.

## MODALITÀ OPERATIVE PER L'EROGAZIONE DEL CHECK UP RAF SPORTIVO

### Sede di Erogazione

H San Raffaele Resnati S.r.l.  
Servizio Check Up  
Sede di Via Respighi n° 2  
20122 MILANO

### Orari di accesso per il pubblico al Servizio Check Up

- **Dal Lunedì al Venerdì:**  
dalle ore 07.30 alle ore 14.30
- **Sabato:**  
dalle ore 07.30 alle ore 12.00

### Come prenotare ed avere informazioni

- **Telefono:** 02.58187820
- **E-mail:** [informazioni.checkup@hsr.it](mailto:informazioni.checkup@hsr.it)  
[prenotazioni.checkup@hsr.it](mailto:prenotazioni.checkup@hsr.it) - solo per effettuare prenotazioni  
Dal Lunedì al Venerdì
- **Orari:** dalle ore 09.00 alle ore 17.00
- **Tempi medi di attesa di prenotazione:** 25-30 giorni lavorativi

### Modalità di Pagamento

- **Con pagamento da parte del Cliente:**  
Contanti, Assegni bancari, Bancomat, Carta di Credito, Bonifico bancario.  
In caso di pagamento con bonifico, si precisa che il medesimo dovrà pervenire al Servizio Check Up almeno 5 giorni prima dell'esecuzione degli accertamenti.  
H San Raffaele Resnati S.r.l. emetterà la fattura al ricevimento della contabile dalla Banca.
- **Con pagamento da parte dell'Azienda/Ente convenzionato come da contratto.**

### Le nostre tariffe

La logica del Check Up è costituita da un pacchetto di accertamenti sanitari per i quali è stata formulata **una tariffa omnicomprensiva**. Il totale rimane quindi invariato indipendentemente dall'esecuzione di tutte le prestazioni o dalla rinuncia di esecuzione di alcune di queste da parte del Cliente.

### Modalità di esecuzione degli approfondimenti

Gli eventuali approfondimenti che si dovessero rendere necessari nelle fasi descritte precedentemente potranno essere eseguiti **entro 45 giorni** dalla data di esecuzione del check up.

### Accesso al Servizio

- Prima dell'esecuzione del Check Up il Cliente dovrà essere in possesso del Kit di preparazione e delle informazioni utili che potranno essere ritirati presso il Servizio Check Up o che quest'ultimo potrà consegnare al destinatario sia questi un privato o un'azienda.
- In caso di esecuzione del Check Up con fatturazione diretta all'ente/azienda di appartenenza del **Cliente, convenzionato** con la H San Raffaele Resnati S.r.l., al Servizio Check Up dovrà pervenire lettera di impegno al pagamento prima dell'esecuzione degli accertamenti.

### Tempi Medi di Consegna dei referti (in assenza di approfondimenti)

- **CHECK UP RAF Uomo:** 12 Giorni lavorativi
  - **CHECK UP RAF Donna:** 17 Giorni lavorativi
- Sono esclusi i giorni di trasporto in caso di consegna diretta al Cliente.

### Modalità di ritiro dei referti

- Consegna presso l'indirizzo indicato dal Cliente tramite servizio a pagamento.
- Presso il Servizio Check Up con eventuale colloquio con il medico internista, qualora il Cliente lo desideri. In quest'ultimo caso, una volta redatto il rapporto finale, il Servizio Check Up contatterà il cliente per comunicare data e ora del colloquio.

H. San Raffaele Resnati S.r.l.  
Responsabile Operativo  
Simona Massari