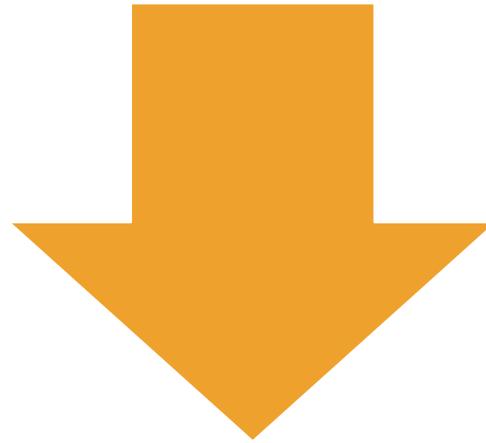


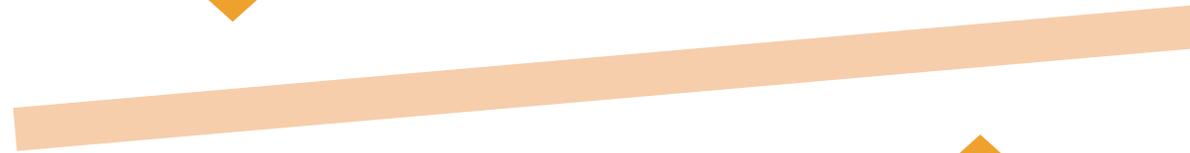
Optimización y mejoramiento de la tasa de empleabilidad de los egresados de las carreras de prescripción de entrenamiento, nutrición y salud



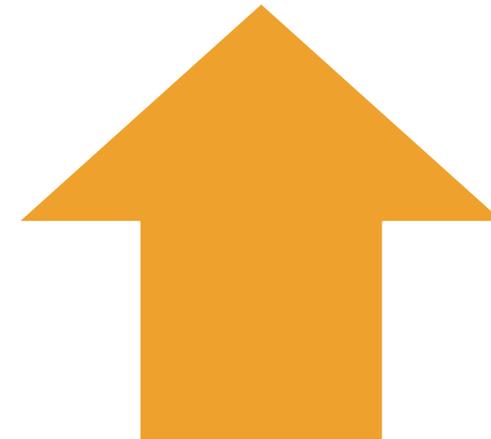
Origen de la real demanda crítica



Tasa de esperanza de vida en países desarrollados y en vías de desarrollo en los próximos 10 años



Aumento del sobrepeso, obesidad y enfermedades metabólicas



Oferta de valor y demanda crítica

80% de la población con
sobrepeso y/o enfermedades
de síndrome metabólico,
necesita mejorar su salud con
ejercicio física mas que su
estética

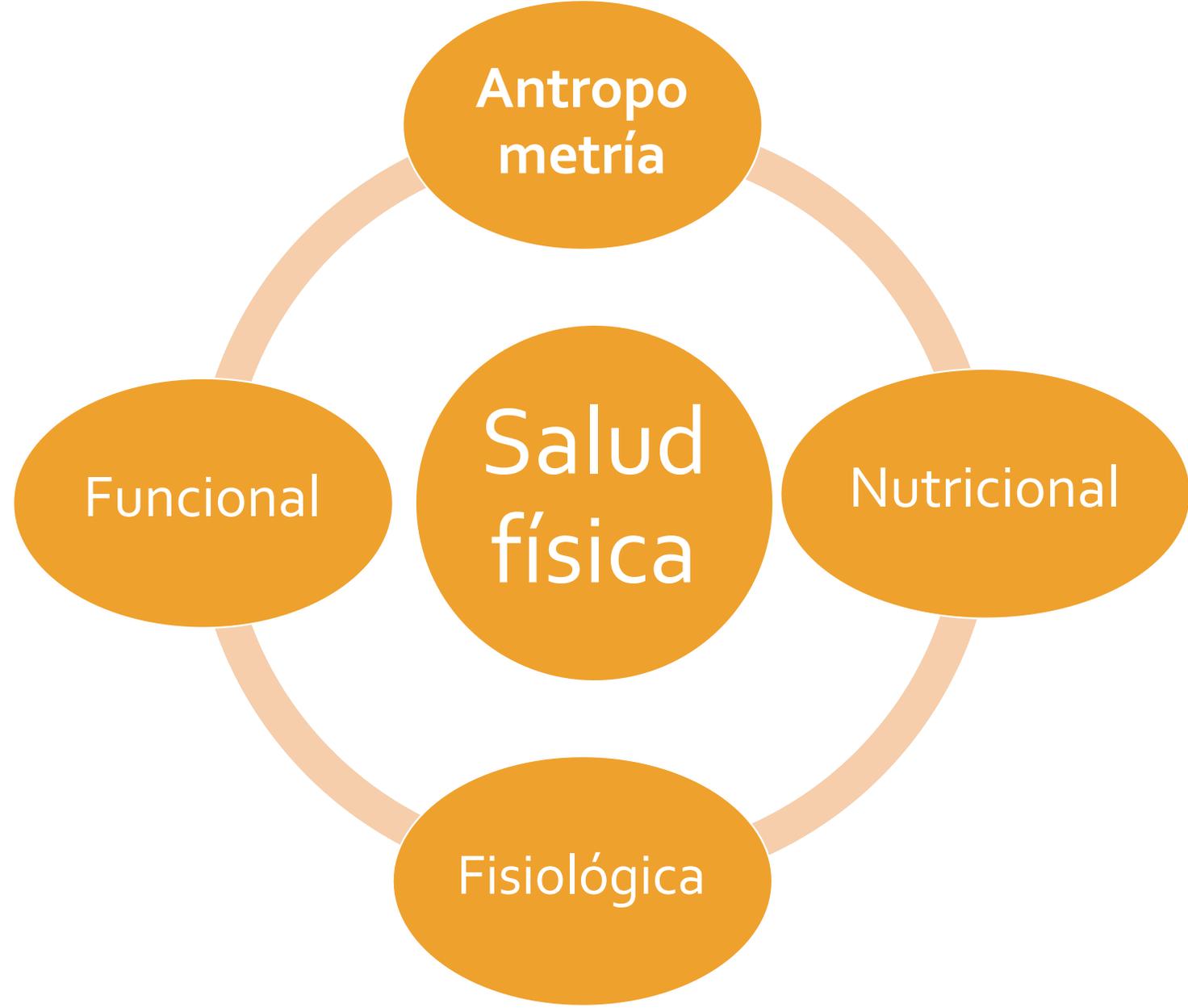
Gimnasios y clínicas que no
ofrecen un diagnóstico y/o
evaluación rápida y al alcance
de todos



80% de la población con
sobrepeso y/o
enfermedades de síndrome
metabólico

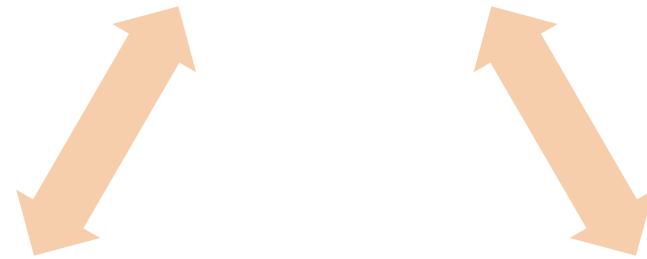
Evaluación diagnostica
rápida de nivel de condición
física, antropométrica y de
alerta metabólica temprana

Elementos de Valor en la evaluación de la salud física.



La visibilidad
que permite

S.G.A.



Supercompensación



Homeostasis

Elementos de control

Evaluar

Prescribir

Asesorar

Hablemos con
evidencia
solida.
(datos
historial)



AUTONOMIA

la generación de informes y reportes de salud física a sido dejada a un lado por la industria de la salud en general (gimnasios, centros deportivos, clínicas , etc.) y junto con esto arrastrando a los profesionales de la salud física, quitando autonomía en el desarrollo de su actividad y sobre todo los "prescriptores de entrenamiento :

Profesores de educación física

Preparadores físicos

Entrenadores

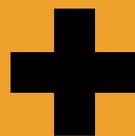
Kinesiólogos deportivos

Con ello perdiendo la autonomía y empleabilidad

Tiempo regular de un evaluación promedio de valoración de salud.



20 minutos



20 minutos



40 minutos

En el caso que haga reportearía efectiva a sus clientes pacientes y/o alumnos

GESTION

La interacción con nuestros clientes

Es fundamental para entender y resolver sus inquietudes y con nuestro conocimiento hacer que sus metas se cumplan para ello es fundamental 4 pasos :

Evaluar

Diagnosticar

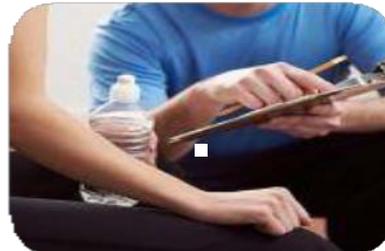
Prescribir

Asesorar

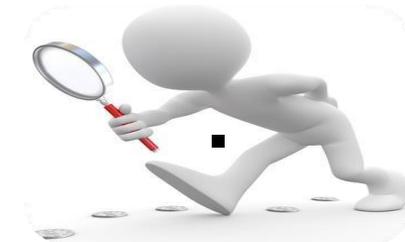
EVALUAR



ASESORAR



DIAGNOSTICAR



PRESCRIBIR



EN MENOS DE 5 MINUTOS

EFICIENCIA

La eficiencia esta basada fundamentalmente en poder optimizar:

Tiempo : maximizar tu hora hombre

Recursos: aprovechar al máximo el uso materiales de trabajo y herramientas

Logística: Poder tener o concentrar la mayor cantidad de cliente en espacios físicos cercanos o poder condensarlos en un servicio globalizador (*evaluaciones y consultorías*)

Retención: poder fidelizar a tus clientes por un largo periodo de tiempo

Captación: Poder atraer a nuevos clientes por la calidad de tu servicio basados en :

Tiempo y Eficiencia



OPTIMIZACIÓN DEL TIEMPO



EL EVALUADO PUEDE ENTRENAR EN CUALQUIER LUGAR



MEJORAMIENTO DE TU LOGISTICA OPERATIVA



FIDELIZACION DE CLIENTES



RETENCION DE CLIENTES

PROYECCION

Si bien elegimos una hermosa carrera (la de mejorar la salud física a través de los entrenamientos) .

Tenemos que consolidarnos en el medio y consolidar una cartera de clientes que nos permita ejercer nuestro trabajo con o sin supeditación laboral (ser nuestros propios jefes) utilizando herramientas como asesorías y consultorías de alto nivel



**CARTERA DE
CLIENTES
CONSOLIDADA**



**HERRAMIENTAS
DE GESTION
EFICASES**



**INDEPENDENCIA
LABORAL Y
ECONOMICA**

Plataforma de gestión, es un sistema que funciona en línea, por lo cual podrás utilizarlo desde donde quieras, sólo necesitas conexión a internet y un dispositivo.

Generación de reportes de bajo costo y en menos de 5 minutos y llega el reporte inmediatamente al correo electrónico del evaluado

ELEMENTOS PARA OPERAR RFIT

CONEXION A INTERNET

DISPOSITIVO

Smart phone

Tablet

Computadora

Plicometro / Bioimpedanciometria

Cintra métrica

Balanza

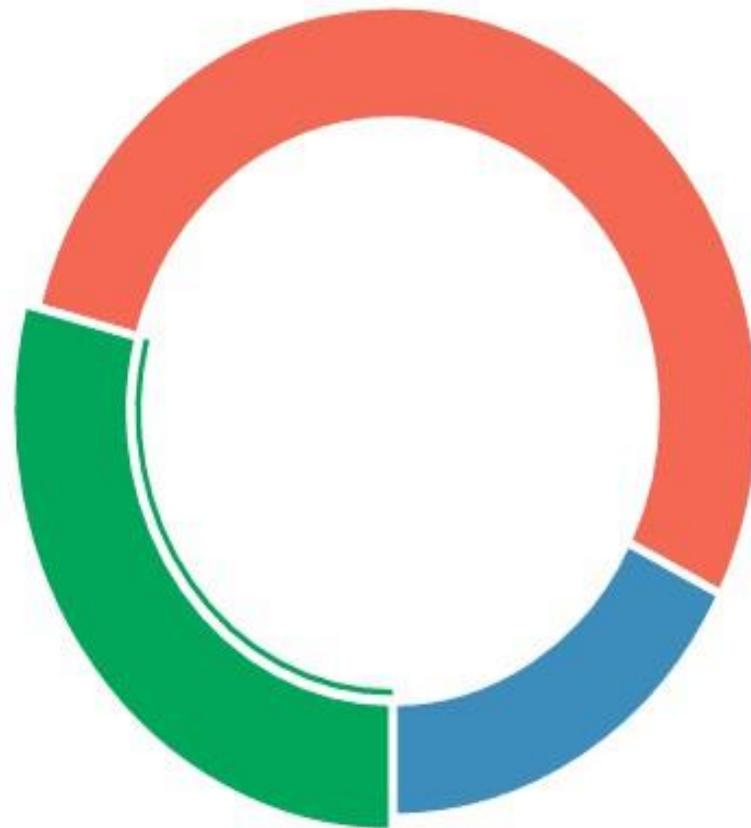
Medidor de presión



📄 Análisis de Composición Corporal

% Grasa :	17.16%
% Masa Muscular :	53.84%
% Masa Residual y otros :	29%
Peso Graso :	13.73 Kg.
Peso Muscular :	43.07 Kg.
Masa Residual y otros :	23.2 Kg.
Grasa Visceral (Puntos) :	5 a 7
IMC (Índice Masa Corporal) :	27.68
Peso Total:	80 Kg.

📄 Composición Corporal



Informes de
composición
corporal

📄 Análisis Diámetro Cintura 📄 Diámetro Cintura Referencia

Diámetro Cintura Actual: 80 cm.

Aceptable	Sobre lo normal	Riesgo
84	84 - 89	89

📄 Análisis Grasa Corporal 📄 Grasa Corporal Referencia

Grasa Corporal Actual: 17.16%

Aceptable	En forma	Elite
18	15	12

📄 Análisis Masa Muscular 📄 Masa Muscular Referencia

Masa Muscular Actual: 53.84%

Aceptable	Normal	En forma	Elite
50	51 - 53	54 - 56	57 - 59

📄 Análisis Grasa Visceral 📄 Grasa Visceral Referencia

Actual: 5 a 7 Puntos

Buena	Mala	Muy Mala
Hasta 9	Entre 10 y 14	Mayor a 15

Factores de riesgo metabólicos de salud

Tipo de Esfuerzo	Mínimo	Máximo	Promedio	Volumen Entrenamiento (%)	Volumen Entrenamiento (Minutos)
Calentamiento	127	137	132	5%	3
Aeróbica	138	150	144	30%	18
Incremento	152	166	159	65%	39

⚡ Gasto Calórico de la clase: 790

Frecuencia Cardíaca Mínima	Frecuencia Cardíaca Máxima
127 PPM	166 PPM

PPM: Pulsaciones por minuto

☰ Scoring: -3.27

☰ Nivel de Entrada: Atlético

☰ Nivel de Entrenamiento: Avanzado

Nivel de Entrada	Scoring	Nivel de la Clase
Alto Riesgo	3.6 - 7	Nivel Básico
Riesgo	2.6 - 3.5	Nivel Básico
Sedentario	1.1 - 2.5	Nivel Básico
Normal Sedentario	0.3 - 1	Nivel Intermedio
Normal	-0.5 - 0.2	Nivel Intermedio
En Forma	-1.5 - -0.6	Nivel Intermedio
Deportivo	-2.9 - -1.6	Nivel Avanzado
 Atlético	-3.9 - -3	Nivel Avanzado
Elite	-5 - -4	Nivel Avanzado

Factores metabólicos de actividad física, gasto calórico y clasificación de nivel de entrada

Requerimiento Calórico

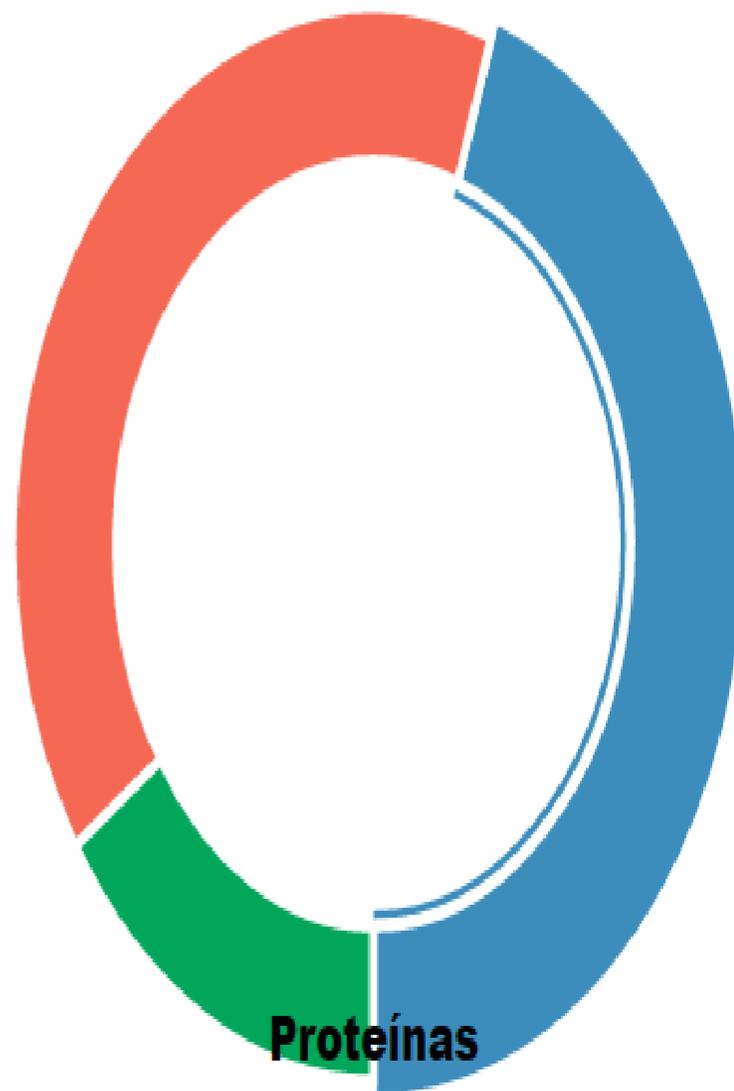
Mínimo	2223
Promedio	2334
Máximo	2450

Requerimiento Macronutrientes

Proteínas	45%
Carbohidratos	40%
Lípidos y Otros	15%

Tener ingestas cada 200 minutos (aproximadamente)
Consumir un promedio de 2 litros de agua.

Macronutrientes



Requerimientos calóricos y nutricionales

Calentamiento	10 Minutos
Palanca a Trabajar	Totalizadores de potencia
Músculos Involucrados	Todos (Sinérgica)
Total Ejercicios (Volúmen Ejecuciones)	155

Ejercicios Sugeridos

Totalizador con barra 60% de carga + Skipping	Series de 10 y 1,5 minutos
Dominadas barra+ Burpees	Series de 8 y 8 minutos
Dominadas paralelas + Velocidad 15 metros	Series de 15 y 5 minutos
ABS Plancha	3 Series de 40 segundos

PRESCRIPCIÓN DE SISTEMA DE ENTRENAMIENTO

Según contextura
Composición corporal
Análisis fisiológicos
Análisis nutricional

El alumno o cliente recibirá inmediatamente su evaluación vía correo electrónico

VENTAJAS DEL SOFTWARE

Rapidez en la evaluación

- Fácil de manipular
- Informes y reportes inmediatos.
- Herramienta de control y gestión
- Ayuda a tomar decisiones sobre:
 - Nivel de entrada de tu alumno.
 - Confección del plan de entrenamiento
 - Análisis de calorías y macro nutrientes.
 - De muy bajo costo





**GIMNASIOS, CENTROS
DEPORTIVOS, ORGANIZACIONES
PUBLICAS O PRIVADAS**



**ENTRENAMIENTOS FUNCIONALES,
INDIVIDUALES O GRUPALES**



**EN TUS ASESORIAS A TUS
CLIENTES**

**USALO PARA COMPLEMENTAR TUS INFORMES EN
FORMA AUTOMATICA DONDE QUIERAS QUE TRABAJES**

***Y ASI DEDICAR MAS TIEMPO DE CALIDAD A TUS CLIENTES, POTENCIANDO TU
GESTION PROFESIONAL***



www.metav.cl

[Contacto@meta](mailto:Contacto@metav.cl)

[v.cl](http://www.metav.cl)