



Catálogo de Avaliação Física

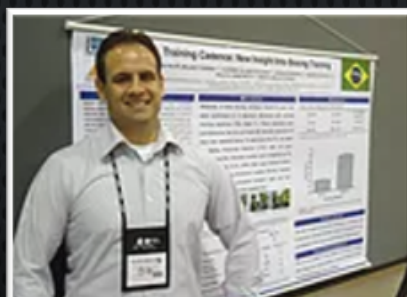
LUIS FELIPE TEIXEIRA
Saúde & Performance

FABRÍCIO GARRAMONA
Saúde & Performance

WILLY ANDRADE GOMES
Saúde & Performance

CURRÍCULO RESUMIDO PROF. Me. LUIS FELIPE M. TEIXEIRA

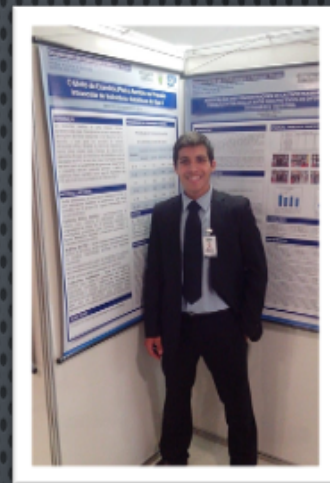
- Prof. Me. LUIS FELIPE MILANO TEIXEIRA
- Doutorando em Educação Física pela UNICAMP (área de treinamento e performance humana);
- Mestre em Performance Humana pela UNIMEP (área de biologia molecular e performance humana);
- Especialista em Fisiologia do Exercício pela USP;
- Graduado em Educação Física pela ESEFJ;
- Docente da Universidade de Sorocaba (UNISO);
- Docente de cursos de Especialização;
- 16 anos de experiência no ensino superior e em pesquisa;
- 17 anos de experiência como personal trainer;
- 12 anos de experiência como gestor em ensino superior e negócios relacionados à fitness e wellness;
- Docente e palestrante em cursos e congressos, nacionais e internacionais;
- Artigos publicados em periódicos nacionais e internacionais;
- Diretor científico do Congresso Internacional Cidade de São Paulo Fitness | Sport | Nutrition;
- Líder do Núcleo de Estudo e Pesquisa em Ciências do Esporte (NEPECE/BOS/UNISO);
- Líder do Núcleo de Estudo e Pesquisa em Saúde e Envelhecimento (NEPESE/UNISO);
- Membro pesquisador do Grupo de Estudo e Pesquisa em Exercício Físico e Adaptações Neuromuscular (GEPEFAN/UNICAMP);
- Coordenador do BOSFit (Centro de Atividade Física do Hospital de Oftalmológico de Sorocaba) ;
- Autor dos livros “Jiu-Jitsu: em busca da Excelência Física”, “Manual de Musculação (colaborador) “Nutrição Esportiva e do Exercício Físico”;
- Membro da National Strength Condicionall Association (NSCA).
- **Currículo Lattes Completo disponível em :**
<http://lattes.cnpq.br/5382458399902324>.



CURRÍCULO RESUMIDO PROF. Me. FABRICIO GARRAMONA TEIXEIRA

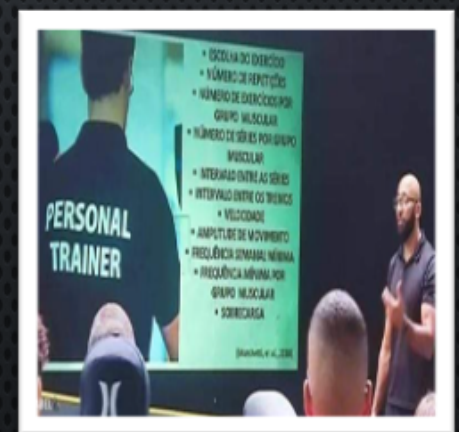
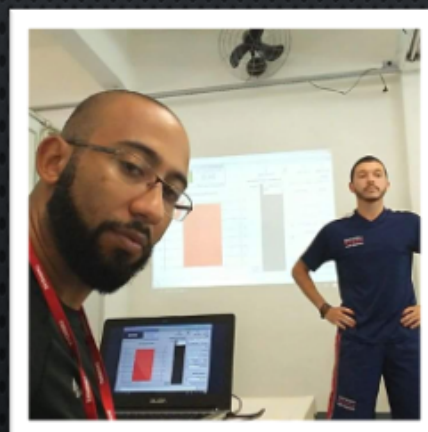
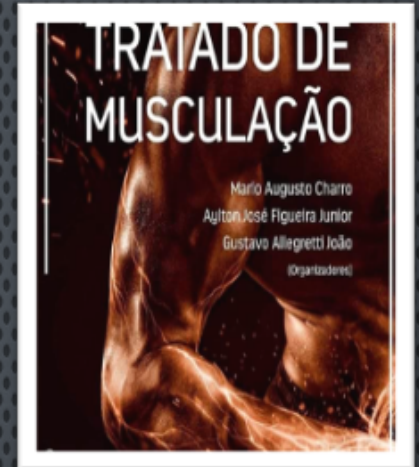
- Prof. Me. FABRICIO GARRAMONA TEIXEIRA
- Mestre em Ciências da Saúde pela UNIFESP;
- Especialista em Treinamento de Força pela EEFÉ-USP;
- Especialista em Acupuntura pelo CETN;
- Graduado em Educação Física pelo UIRAPURU;
- Docente da Universidade de Sorocaba (UNISO);
- Docente de cursos de Especialização;
- Docente e palestrante em cursos e congressos;
- Revisor do Journal of Bodywork and Movement Therapies;
- Artigos publicados em periódicos nacionais e internacionais;
- Membro do Núcleo de Estudo e Pesquisa em Ciências do Esporte (NEPECE/BOS/UNISO);
- Membro do Núcleo de Estudo e Pesquisa em Saúde e Envelhecimento (NEPESE/UNISO);
- Coordenador do Grupo Multidisciplinar de Estudos em Acupuntura (UNISO);
- Membro do Laboratório de Fisiologia Celular e Molecular do Exercício (CMEP/EEFE-USP)
- **Currículo Lattes Completo disponível em :**

<http://lattes.cnpq.br/1216995662408546>



CURRÍCULO RESUMIDO PROF. DR. WILLY ANDRADE GOMES

- Prof. Dr. WILLY ANDRADE GOMES
- Doutor em Ciências do Movimento Humano UNIMEP;
- Mestre em Educação Física UNIMEP;
- Especialista em Bases Fisiológicas e Metodológicas do Treinamento Desportivo UNIFESP;
- Graduado em Educação Física pelo FEFISO e UNIP;
- Graduado em Pedagogia;
- Graduado em Nutrição;
- Docente da Universidade Nove de Julho (UNINOVE);
- Docente de cursos de Especialização (FMU, ESTÁCIO e UNIFAE);
- Docente e palestrante em cursos e congressos;
- Revisor de Revistas científicas
 - Saúde em Revista;
 - Revista Brasileira de Ciência e Movimento;
 - Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia;
 - *Physiotherapy Theory and Practice*
 - *Journal of Manipulative and Physiological*
- Artigos publicados em periódicos nacionais e internacionais;
- Autor de capítulo de Livro;
- Produtor de Conteúdo para a Graduação;
- Coordenador do Grupo de Estudos em Neuromecânica do Treinamento de Força (GNTF);
- 10 anos de Experiência como Professor Universitário;
- 12 anos de Experiência como Personal Trainer
- **Currículo Lattes Completo disponível em :**
<http://lattes.cnpq.br/7142109548456806>



Disposições Gerais dos Serviços Ofertados

• Avaliação da Composição Corporal

- Antropometria;
- Gordura Corporal, Massa Magra, Massa Muscular, Gordura Visceral, Espessura Muscular;
- Bioimpedânciometria Octopolar;
- Ultrassonografia.



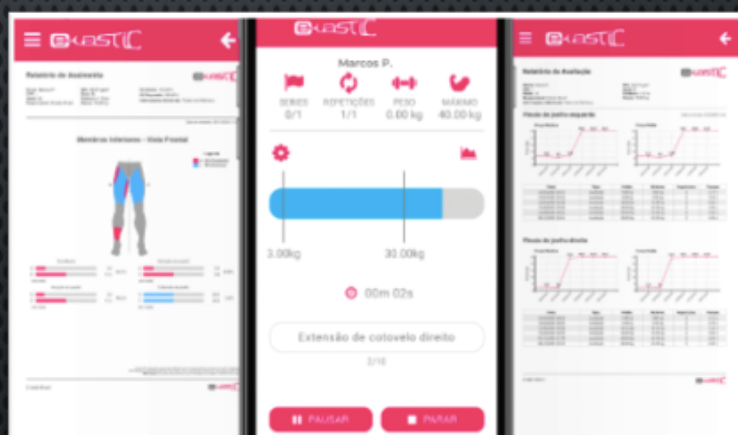
• Avaliação Metabólica

- Consumo Máximo de Oxigênio;
- Limiares Fisiológicos;
- Taxa Metabólica Basal;
- Estimativa de Custo Energético das sessões de treinamento;
- Ventilometria Direta;
- Avaliação por Lactacidemia (Lactato);
- Avaliação por Glicemia.



• Avaliação Neuromuscular

- Força Muscular;
- Resistência Muscular;
- Flexibilidade Muscular;
- Desequilíbrios Musculares;
- Dinamometria Isométrica.

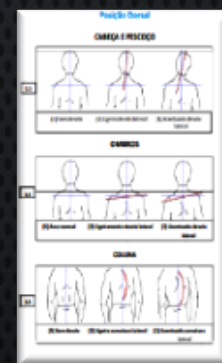


• Avaliação Postural

- Desvios posturais por Simetrografia;
- Índice de Correção Postural (ICQ).

• Avaliações Personalizadas

- Entre em contato conosco, e configuraremos o protocolo que melhor atenderá suas necessidades



Avaliações Físicas Integradas – Pacotes

	Avaliação Acesso Standard	Avaliação Acesso Advanced	Avaliação Acesso Premium
Peso e Estatura	✓	✓	✓
Perímetros Corporais	✓	✓	✓
Composição Corporal por Bioimpedância	✓	✓	✓
Composição Corporal por Dobras Cutâneas	✓	✓	✓
Gordura Corporal	✓	✓	✓
Massa Magra	✓	✓	✓
Massa Muscular	✓	✓	✓
Composição Corporal Segmentada	✓	✓	✓
Gordura Visceral	✓	✓	✓
Taxa Metabólica Basal	✓	✓	✓
Espessura Muscular por ULTRASSONOGRRAFIA	⊘	✓	✓
Espessura do tecido adiposo por ULTRASSONOGRRAFIA	⊘	✓	✓
Estudo Calorimétrico	✓	✓	✓
Organização dos Macronutrientes	✓	✓	✓
Desvios Posturais	⊘	✓	✓
Desvios Posturais por SIMETROGRAFIA	⊘	⊘	✓
Índice de correção Postural	⊘	⊘	✓
Consumo Máximo de Oxigênio	✓	✓	✓
Determinação dos Limiares Fisiológicos (LAR/LAn)	✓	✓	✓
Determinação das Zonas de Treinamento	✓	✓	✓
Consumo Máximo de Oxigênio por VENTILOMETRIA DIRETA	⊘	✓	✓
Determinação dos Limiares Fisiológicos (LAR/LAn) por VENTILOMETRIA DIRETA	⊘	✓	✓
Determinação das Zonas de Treinamento por VENTILOMETRIA DIRETA	⊘	✓	✓
Resistência Muscular	⊘	✓	✓
Flexibilidade Muscular Geral	⊘	✓	✓
Flexibilidade Funcional	⊘	✓	✓
Força Muscular	⊘	✓	✓
Assimetrias na força muscular	⊘	⊘	✓
Análise do Risco de Lesão por assimetria	⊘	⊘	✓
Relação Agonista/Antagonista (índice IQ)	⊘	⊘	✓
Laudo Impresso/PDF	✓	✓	✓
Apresentação do Laudo em Vídeo*	⊘	✓	✓
Tempo de Consulta**	90min	2h	3h
Valor R\$	R\$350	R\$500	R\$600

Avaliações Físicas Isoladas – Composição Corporal

	Avaliação da Composição Corporal Padrão	Avaliação da Composição Corporal Avançada
Peso e Estatura	✓	✓
Perímetros Corporais	✓	✓
Composição Corporal por Bioimpedância	✓	✓
Composição Corporal por Dobras Cutâneas	✓	✓
Gordura Corporal	✓	✓
Massa Magra	✓	✓
Massa Muscular	✓	✓
Composição Corporal Segmentada	✓	✓
Gordura Visceral	✓	✓
Taxa Metabólica Basal	✓	✓
Espessura Muscular por ULTRASSONOGRRAFIA	✗	✓
Espessura do tecido adiposo por ULTRASSONOGRRAFIA	✗	✓
Estudo Calorimétrico	✗	✓
Organização dos Macronutrientes	✗	✓
Laudo Impresso/PDF	✓	✓
Apresentação do Laudo em Vídeo*	✗	✗
Tempo de Consulta**	45min	60min
Valor	R\$200	R\$300

* Apresentação do laudo em vídeo pode ser acrescentado em qualquer tipo de avaliação por R\$50,00 (Avaliações Advanced e Premium já incluso) **A duração das consultas pode variar por volta de 15min para mais ou para menos;

Avaliações Físicas Isoladas – Neuromusculares e Metabólicas

	Avaliação Metabólica Padrão	Avaliação Metabólica por Ventilometria Direta	Avaliação Neuromuscular	Avaliação Postural
Peso e Estatura	✓	✓	✓	✓
Composição Corporal por Bioimpedância	✓	✓	✓	✓
Gordura Corporal	✓	✓	✓	✓
Massa Magra	✓	✓	✓	✓
Massa Muscular	✓	✓	✓	✓
Composição Corporal Segmentada	✓	✓	✓	✓
Gordura Visceral	✓	✓	✓	✓
Taxa Metabólica Basal	✓	✓	✓	✓
Desvios Posturais	✗	✗	✗	✓
Desvios Posturais por SIMETROGRAFIA	✗	✗	✗	✓
Índice de correção Postural	✗	✗	✗	✓
Consumo Máximo de Oxigênio	✓	✓	✗	✗
Determinação dos Limiares Fisiológicos (LAr/LAn)	✓	✓	✗	✗
Determinação das Zonas de Treinamento	✓	✓	✗	✗
Consumo Máximo de Oxigênio por VENTILOMETRIA DIRETA	✗	✓	✗	✗
Determinação dos Limiares Fisiológicos (LAr/LAn) por VENTILOMETRIA DIRETA	✗	✓	✗	✗
Determinação das Zonas de Treinamento por VENTILOMETRIA DIRETA	✗	✓	✗	✗
Resistência Muscular	✗	✗	✓	✗
Flexibilidade Muscular Geral	✗	✗	✓	✗
Flexibilidade Funcional	✗	✗	✓	✗
Força Muscular	✗	✗	✓	✗
Assimetrias na força muscular	✗	✗	✓	✗
Análise do Risco de Lesão por assimetria	✗	✗	✓	✗
Relação Agonista/Antagonista (índice IQ)	✗	✗	✓	✗
Laudo Impresso/PDF	✓	✓	✓	✓
Apresentação do Laudo em Vídeo*	✗	✗	✗	✗
Tempo de Consulta**	45min	45min	45min	45min
Valor R\$	R\$250	R\$300	R\$300	R\$300

* Apresentação do laudo em vídeo pode ser acrescentado em qualquer tipo de avaliação por R\$50,00 (Avaliações Advanced e Premium já incluso) **A duração das consultas pode variar por volta de 15min para mais ou para menos;

LOCAIS DE ATENDIMENTO

- **Avaliações Físicas em Consultório Próprio – ACESSO LAB**
 - Rua Caracas, 220, 3º Andar – Campolim Sorocaba-SP
- **Sessões de Treinamento no BOSFit** (Centro de Atividade Física do Hospital Oftalmológico de Sorocaba)
 - Av. Prof Arthur Fonseca, 73 – Jd. Faculdade Sorocaba-SP





Avaliação Física | Personal Trainer | Consultoria Esportiva



(15) 99794-0150 | (15) 98117-1457



ACESSOSAUDEEPERFORMANCE@GMAIL.COM



@acesso.saúde.performance
@teixeiraluisfelipe
@fabriciogarramona
@dr.willy.gomes