

MAD-UP[®]

Innovations for Medicine
& Sports

TECNOLOGIA
BILATERAL
PERSONALIZADA

DE RESTRIÇÃO DE FLUXO
SANGUÍNEO



Atua como um **BIO ACELERADOR** psicológico ou seja, é usada baixa intensidade para recriar os efeitos de treino de resistência de elevada intensidade. Como resultado, o treino de restrição de fluxo sanguíneo é uma ferramenta essencial na reabilitação para aumentar a resistência do músculo e a hipertrofia numa fase precoce, permitindo uma recuperação mais rápida das funções.



RESUMO | PÁGINA

2: Introdução

4: Restrição dos Fluxos sanguíneos

5: Eficácia e Segurança

6: Tecnologia MAD-UP PRO

7: Utilitário diariamente

8: Resultados rápidos com MAD-UP PRO

9-10-11: Testemunhos

12: MAD-UP na Europa



RESTRIÇÃO DE FLUXO SANGUÍNEO

Um olhar simples sobre o método de treino de restrição de fluxo sanguíneo

O BFR (blood flow restriction) cria um cansaço muscular e a acumulação de metabólitos no fluxo sanguíneo



Maximiza os benefícios do seu treino em 10-15 minutos.



Conduz a uma secreção da HGH* que ajuda a criar uma massa muscular magra e ossos mais fortes.



Conduz à produção de Óxido Nítrico para ajudar a manter e melhorar a elasticidade vascular.



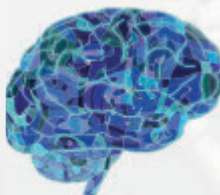
A HGH* cria um aumento nos níveis de energia e desempenho do exercício.



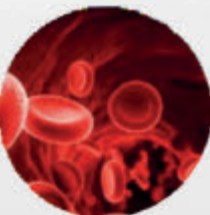
É colocada uma braçadeira nas partes proximais dos membros superiores ou inferiores e a unidade irá determinar e manter a quantidade exata de restrição de fluxo sanguíneo para melhorar a sessão. O objetivo é reduzir a oxigenação do músculo sem uma restrição total e promover a acumulação de sangue nos capilares da musculatura do membro.



A acumulação de metabólitos e cansaço muscular permite que o sistema nervoso comunique com o cérebro que o músculo precisa de ajuda a concluir a sua tarefa.



O cérebro reage libertando hormonas de crescimento a partir da hipófise.



As hormonas anabólicas são libertadas, incidindo nos recetores anabólicos em todos os músculos para facilitar a reparação e aumentar a força sem danificar os tecidos. Os tecidos musculares, vasos sanguíneos e os ossos usam hormonas anabólicas.



*HGH = Hormona do crescimento ou somatotrofina

EFICÁCIA E SEGURANÇA

O motivo pelo qual o aparelho MAD-UP PRO é a melhor forma de praticar o treino de restrição de fluxo sanguíneo.

MAD-UP PRO monitoriza e analisa os parâmetros psicológicos em tempo real



-40% LOP
Não é eficaz

40-80% LOP
Eficaz

+80% LOP
Deve ser evitado

- Existe compressão do tecido mas sem oclusão venosa neste patamar.

- Durante o exercício é perigoso existir um fluxo sanguíneo de oclusão completa do membro.

- Pressão segura e eficaz.



LOP = Limb Occlusion Pressure (Pressão de oclusão do membro)

www.mad-up.com

TREINO MAD-UP PRO MAD-UP

Descubra e compreenda
o conceito de MAD-UP
TRAINING usando MAD-UP
Dispositivo PRO

MAD-UP PRO" monitoriza e analisa os
parâmetros psicológicos em tempo real



- Descubra a pressão personalizada que exerça oclusão do seu membro em 1min (LOP)
- Ajuste a pressão adequada antes de iniciar o treino relativamente à sua posição
- Monitorize e ajuste a pressão adequada durante todo o treino
- O aparelho tem implementado um protocolo assente na ciência
- Auxílio de um sistema de ecrã de toque para garantir um treino divertido e competitivo



RESULTADOS MAIS RÁPIDOS MENOS TEMPO

Use cargas reduzidas para aumentar a resistência do músculo e a hipertrofia em 5 min sem DOMS e beneficiando do resultado da hipoalergia para reduzir a dor.

PREVENÇÃO

Otimizar a resistência do músculo

PÓS-TREINO

Minimizar a atrofia do músculo e bem-estar do corpo

REABILITAÇÃO

Acelerar a autonomia e bem-estar do músculo

MELHORAR AS CAPACIDADES ATLÉTICAS

Acelerar e otimizar as atividades físicas

RECUPERAÇÃO

Respostas hormonais para curar músculo e osso

PRÁTICO

SEM SUPORTE DE CARGA

DESENVOLVE A RESISTÊNCIA E VOLUME MUSCULAR SEM RESTRIÇÕES.

AS ARTICULAÇÕES SÃO PROTEGIDAS, O CANSAÇO DIMINUI. OS ATLETAS E PACIENTES PODEM EVOLUIR MAIS E DE FORMA MAIS RÁPIDA.



RESULTADOS RÁPIDOS MAIS MENOS TEMPO

Sem MAD-UP



Perder



Manter



Ganhar

Com MAD-UP



Manter



Ganhar



Ganhar

	Elevada intensidade	MAD-UP baixa intensidade	Baixa intensidade
Limite do esforço do treino	65-90% 1 RM	10-30% 1RM	10-30% 1 RM
Dano muscular (Creatina Quinase)	Presente	Não significativo	Não significativo
produção ácido lácteo (mmol)	Presente	Presente	Não presente
Neuromuscular (Tipo II recrutamento)	Tipo II ativação próxima do esforço máximo	Tipo II ativação próxima do esforço máximo	Sem recrutamento adicional
Hormona do Crescimento	Aumento de 100 vezes	1,7 X superior ao HIT	Sem alterações na base
Miostatina	Regulação inferior	Regulação inferior	Sem alteração na base
Tempo de adaptação	12 semanas	2 semanas	Sem alteração na base

TESTEMUNHOS

ELES USAM MAD-UP PRO

“Numa perspetiva prática e do ponto de vista da pesquisa, a MAD-UP PRO é a ferramenta ideal que facilita o meu trabalho mas também extremamente científica e precisa... Não preciso de um doppler para calcular a pressão, possuo uma pressão de ajuste padrão, e por fim, posso trabalhar com os dois membros em simultâneo”

Dr Vasileios Korakakis / Ortopedista e médico de desporto da Aspetar

“Uso com frequência com pacientes em fases pós trauma e pós-operatório pois é muito útil para impedir a perda de músculo e depois aumentar a resistência do mesmo”

Christophe Keller / Treinador de Força e Condição no National Institut of Sport Expertise and Performance em Paris

“Para nós foi importante um aparelho de qualidade superior para um hospital público, na qualidade de responsável por 4 unidades hospitalares públicas em Lisboa era importante garantir a segurança dos pacientes”

Dr Pedro Soares Branco / Diretor do Hospital Central de Lisboa

“Uso MAD-UP PRO quase diariamente com diferentes pacientes de reabilitação, desde dor crónica a recuperação de atletas sem dor”

Julien Chaillet / Kiné no Centro Médico de Excelência da FIFA INF (FIFA Medical Centre Of Excellence), em Clairefontaine FFF



TESTEMUNHOS

ELES USAM MAD-UP PRO

“Trabalhei com dois jogadores específicos afetados por tendinopatia patelar. Criei 2 sessões, de 5 min, por semana antes e depois do treino quando o calendário o permitia. Em 3 semanas a dor desapareceu por completo, testamos os jogadores com o aparelho isocinético e encontramos um grande aumento de resistência e força muscular”

Andrea Belli / Responsável pela reabilitação funcional do Inter Milan Football Club

“Considero que o método personalizado do MAD-UP PRO cria uma melhor adesão por parte dos jogadores com quem trabalhei. Quando sentem o aparelho a calibrar a sua própria pressão sanguínea, deu-lhes confiança e a sensação que estão a rentabilizar ao máximo a sessão. A abordagem personalizada da MAD-UP PRO e a sua interface digital tornaram-no muito mais eficaz e prático de usar. Quando um jogador tem o seu protocolo estabelecido e lhe são apresentadas as funcionalidades do aparelho, não necessita de muita supervisão, o que me permite passar tempo com outros jogadores na sala de tratamento, em simultâneo”

Mark Hoy / Fisioterapeuta da equipa principal do Rotherham United Football Club

“Já vimos diferentes equipamentos de BFR de todo o mundo mas o MAD-UP PRO é o melhor até à data. Pode abrir portas a nível internacional para uma grande população e para os hospitais públicos”

Dr Nicholas Rolnick / Especialista em Restrição de Fluxo Sanguíneo

“MAD-UP PRO confere a pressão perfeita e adapta a pressão durante o treino, os jogadores obtiveram ganhos positivos em termos de massa e resistência muscular, em comparação com um equipamento manual”

Chris Burton / Responsável pelo departamento de fisioterapia do Norwich City Football Club



TESTEMUNHOS

ELES USAM MAD-UP PRO

“Trabalho na minha clínica privada com muitos pacientes. Foi importante para mim poder otimizar o meu tempo com um procedimento normalizado, protocolos estabelecidos e orientação no treino”

Dr Emmanuel Papacostas / Cirurgião Ortopedista na The MIS Clinic

“Os ganhos da BFR são verdadeiramente notáveis. O benefício da resistência e hipoanalgesia na reabilitação são uma grande mais-valia”

**Bert Heremans / Fisio Desportiva University of Leuven e
Equipa nacional de Voley na Bélgica**

“O MAD-UP PRO calibra a pressão necessária na braçadeira dependendo do individuo e a percentagem de oclusão necessária, eliminando os cálculos da pressão complicados ou ter de confiar em perceções subjetivas da pressão como num equipamento manual. Se estiver deitado, sentado ou de pé a pressão necessária para uma determinada percentagem de oclusão irá modificar-se. O MAD-UP PRO manipula constantemente a pressão da braçadeira quando o atleta se desloca, permitindo uma utilização mais funcional. O sistema de ecrã de toque permite que o atleta acompanhe as suas repetições e configurações individuais, nas quais encontramos conformidade no aumento do exercício”

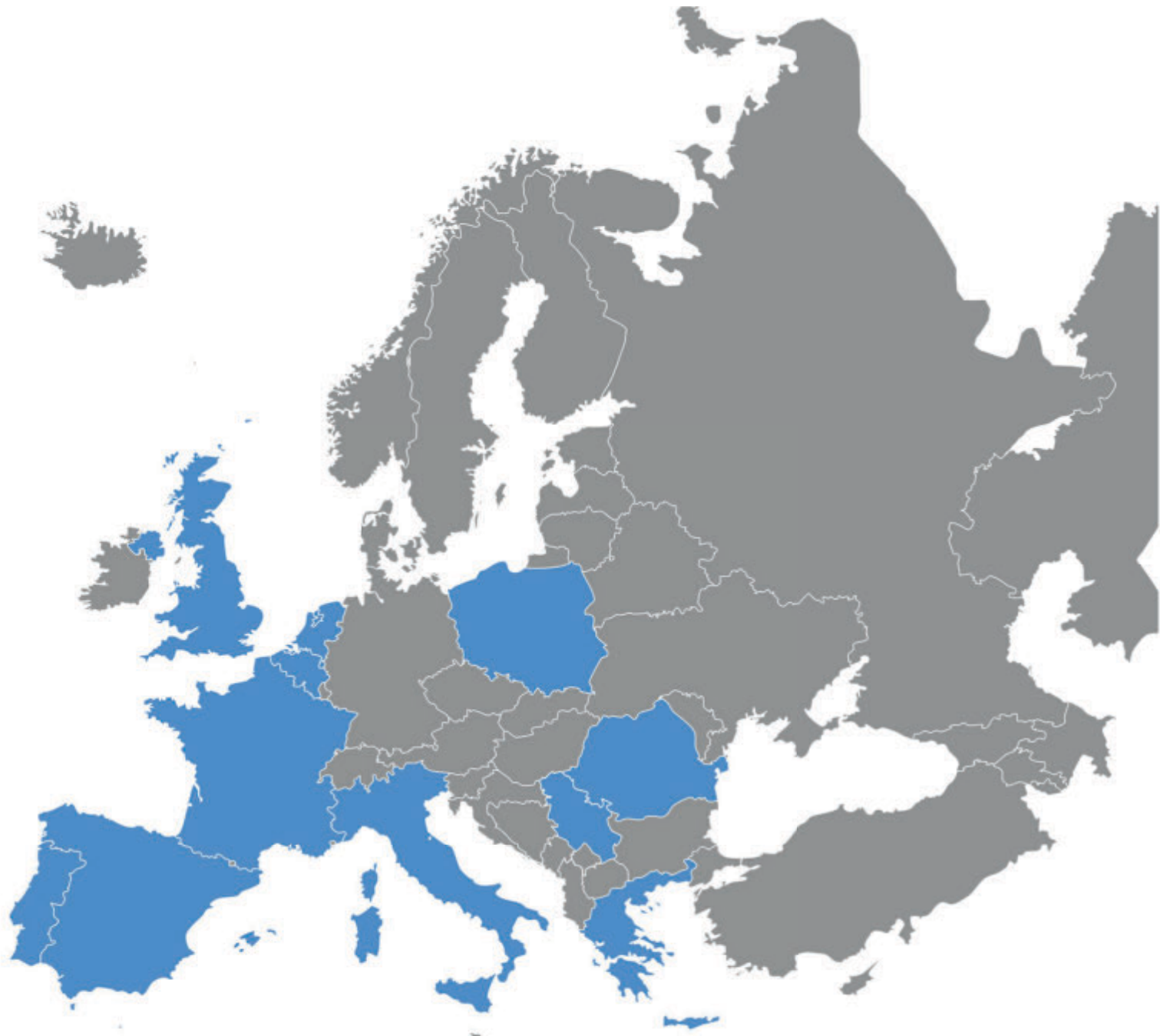
**Will Peers / Fisioterapeuta da equipa principal do
Hull City Football Club**





MAD-UP

Innovations for Medicine
& Sports



WWW.MAD-UP.COM



CONTACT@MAD-UP.COM



@MAD-UP_TRAINING