

The background image shows a person from the waist down, wearing grey shorts, sitting on a blue stationary exercise bike. In the foreground, a laptop is open, displaying a heart rate monitor (ECG) graph with multiple lines. The scene is set in a clinical or gym environment.

## Cosa si intende con medicina dello sport? Qual è il suo ambito di competenza?

La legge sulla tutela sanitaria delle attività sportive agonistiche (D.M. 18.02.82) è stata concepita affinché tutti i cittadini abbiano libero accesso alle attività sportive attraverso un controllo obbligatorio del loro stato di salute specificatamente orientato al tipo di attività sportiva praticata.

La **medicina dello sport** è una specializzazione della branca medica nata dalla necessità di controllo, cura e tutela della salute degli atleti, degli sportivi e di quanti praticano a vario livello attività fisico motoria. E' una forma di medicina specialistica preventiva, di grande importanza nella fascia d'età evolutiva e giovane adulta, e nello screening per la prevenzione di patologie largamente diffuse nella popolazione generale.

Gli attuali riferimenti di legge impongono ad ogni persona che voglia iniziare o riprendere l'attività sportiva di sottoporsi ad una visita medico-sportiva, alla quale consegue il rilascio di relativo certificato.

Tutti i soggetti che svolgono sport a livello agonistico devono essere in possesso di certificazione, così come definita dalle Federazioni Sportive, dal CONI e da altri enti sportivi riconosciuti a livello nazionale, lo stesso obbligo vale per la partecipazione alle fasi nazionali dei Giochi della Gioventù.

È necessaria la certificazione medico-sportiva prodotta da un medico specialista in Medicina dello Sport anche per praticare attività sportive riconosciute come non agonistiche dai suddetti organismi e anche per attività scolastiche e fasi che precedano quelle nazionali dei giochi della gioventù.

L'aspetto qualificante di questo approccio non risiede solo nell'adempimento della legge, bensì consente alla popolazione di giovarne nel senso di un adeguato programma di prevenzione. Sottoporsi alla visita di controllo periodica consente di poter ottenere uno screening capillare volto a mantenere alte le performance di salute da parte degli atleti o di chi desidera cimentarsi nelle più svariate e stimolanti pratiche sportive.

### **In che cosa consiste la visita?**

La procedura di certificazione si differenzia in base al tipo di attività sportiva. E' consigliato rivolgersi al Medico specialista in Medicina dello Sport per una adeguata indicazione e per una scelta consapevole e mirata.

Questo tipo di prestazione sanitaria dovrà essere svolta **ESCLUSIVAMENTE** dal Medico, Specializzato in Medicina dello Sport, riconosciuto dalla Regione in cui opera (C.I.A.R.M.S), presso ambulatori (come SaniPro – Ambulatori) dotati di relativa autorizzazione da parte della Azienda Sanitaria di riferimento territoriale.

E' quindi esclusa la possibilità di effettuare le visite presso centri sportivi o palestre diverse da quelle sopraindicata e adeguatamente autorizzate.

### **Rilascio delle certificazioni per l'attività sportiva non agonistica**

Presso SaniPro Ambulatori a Udine il certificato di idoneità per le visite non agonistiche viene rilasciato dopo visita-medica dalla dottoressa Driussi Caterina medico Specializzato in Medicina dello Sport ed iscritta all'Ordine dei Medici e all'elenco regionale degli specialisti. La visita è comprensiva di ECG a riposo. È possibile prenotare una visita necessaria per la valutazione all'idoneità sportiva chiamando lo 0432 1597413 e accordarsi con la segretaria per l'orario disponibile.

### **Rilascio delle certificazioni per l'attività sportiva agonistica**

Presso SaniPro Ambulatori a Udine il certificato di idoneità per le visite agonistiche viene rilasciato dopo visita medica dalla dottoressa Driussi Caterina medico Specializzato in Medicina dello Sport ed iscritta all'Ordine dei Medici e all'elenco regionale degli specialisti. È possibile prenotare una visita necessaria per la valutazione all'idoneità sportiva chiamando lo 0432 1597413 e accordarsi con la segretaria per l'orario disponibile.

### **Quali esami si rendono necessari?**

A seconda della specifica tipologia di sport scelta dal soggetto, sarà necessario sottoporsi alla serie di esami strumentali e clinici previsti dalla normativa vigente. Normalmente la durata della certificazione è annuale, in alcuni casi può estendersi a biennale.

È da sempre nostra cura attuare tutte le procedure necessarie per adempiere il percorso più efficace e sicuro. Il medico specialista in Medicina dello Sport raccoglie una serie di dati che gli permettono di giungere al giudizio conclusivo di idoneità o non idoneità alla pratica sportiva agonistica o non agonistica:

anamnesi

Dati antropometrici

Frequenza cardiaca e valori della pressione arteriosa

esame obiettivo generale e specifico sulle parti del corpo che saranno impegnate nello sport praticato

esame generico dell'acuità visiva mediante l'ottotipo luminoso

esame del senso cromatico (per i soli sport motoristici)

rilievo indicativo della percezione della voce sussurrata alla distanza di 4 metri

(solo quando non sia in programma l'esame otorinolaringoiatrico)

Esame elettrocardiografico:

A riposo nelle visite non agonistiche

Prima, durante e dopo STEP test nelle visite agonistiche in soggetti con età inferiore a 35 anni d'età.

Prima, durante e dopo test ergometrico massimale (al cicloergometro, cyclette) nelle visite agonistiche in soggetti con età uguale o superiore a 35 anni d'età

Per alcuni sport la normativa prevede l'esecuzione di esami aggiuntivi, altri esami potranno

essere prescritti dal Medico Specialista in Medicina dello Sport in base ai dati emersi durante la visita.

La scheda personale e la documentazione relativa a tutti gli esami a cui l'atleta è stato sottoposto, viene custodita presso SaniPro Ambulatori Udine, in modalità totalmente sicura e secondo la normativa della privacy per un periodo di cinque anni dal giorno della visita.

## **Sport e salute**

Gli ambiti di competenza del medico specialista in Medicina dello Sport:

La valutazione dell'idoneità psicofisica agonistica e la tutela della salute dell'atleta.

La prevenzione delle patologie legate alla pratica sportiva. La terapia ed il trattamento di patologie legate a lesioni di tipo acuto e cronico e da sovraccarico funzionale.

La prescrizione dell'esercizio fisico nel soggetto sano e nei pazienti (cardiopatici, ipertesi, diabetici, ortopedici, ecc)

Il primo intervento ed il soccorso di emergenza sui campi di gara. La competenza su regolamenti e normative in tema di sicurezza, impiantistica, barriere architettoniche, presidi medici e di emergenza sui campi di gara e ambienti.

Il fine:

Consentire a tutti i soggetti e secondo le loro capacità l'accesso ad un'adeguata attività fisica (per tipo e quantità), al fine di raggiungere e/o mantenere un buon grado di benessere ed efficienza fisica.

