

## **VISITE MEDICHE E CERTIFICATI MEDICI SPORTIVI ATLETI A.S.D. FONZASO**

“La tutela della salute in ambito sportivo e, nella vita di tutti i giorni, è un aspetto fondamentale. È infatti, sancita dal Decreto del Ministero della Salute del 1982 dal titolo ‘Norme per la tutela sanitaria dell’attività sportiva’, il cui fine è tutelare dal punto di vista medico lo svolgimento dell’attività sportiva.

**Per questo prima di iniziare uno sport, è obbligatorio effettuare una visita che attesti l’idoneità all’attività sportiva.**

### **Certificato di idoneità sportiva: cos’è e chi lo rilascia**

Per praticare una qualsiasi attività sportiva è necessario effettuare una visita medico sportiva e ottenere il certificato di idoneità sportiva.

### **Perché si fa la visita sportiva**

“In età evolutiva, ma anche in età adulta, fare una visita medico sportiva è importante per valutare la cosiddetta idoneità a svolgere un determinato sport, ma soprattutto per individuare possibili patologie congenite o acquisite di cui il paziente non è a conoscenza, come le malattie cardiovascolari o le patologie che riguardano le ossa e i muscoli.

Con la scomparsa del medico scolastico e dell’obbligatorietà della leva militare la figura del medico specialista in medicina dello sport è diventata, quindi, fondamentale per valutare e tutelare la salute fisica dell’atleta”.

È bene quindi affermare che la visita medica per il rilascio del certificato di idoneità agonistica e non agonistica rappresenta un importante momento da dedicare alla propria salute, e non semplice routine.

### **Chi è il medico dello sport**

Il medico dello sport è una figura con specifiche competenze in più campi, come cardiologia, pneumologia, endocrinologia, medicina interna e anche ortopedia-traumatologia e fisioterapia, e si occupa di:

- certificare l’idoneità alla pratica sportiva;
- gestire le problematiche fisiche dell’atleta attraverso la diagnosi e la prescrizione di terapie finalizzate alla rapida ripresa delle performance sportive;
- monitorare la salute dell’atleta durante gli allenamenti e le gare;
- effettuare attività di primo soccorso durante le competizioni;
- curare l’alimentazione dell’atleta.

### **Quando recarsi dal medico dello sport**

Una visita si rende necessaria quando si sta per iniziare un’attività sportiva e/o si deve rinnovare un certificato di idoneità sportiva. Le visite sono di 2 tipologie:

**Visita per il rilascio del certificato di idoneità sportiva agonistica:** deve essere eseguita da tutti gli atleti agonisti, professionisti e non, e prevede: la raccolta anamnestica, la spirometria, il test delle urine, l’ECG a riposo e il test da sforzo tramite Step Test o Test Ergometrico Massimale (TEM).

**Visita per il rilascio del certificato di idoneità sportiva non agonistica:** rivolta a tutti coloro che praticano sport a livello amatoriale, ricreativo o che intendono iniziare a praticarlo. Durante la visita viene eseguita: una raccolta anamnestica, la misurazione della pressione arteriosa, le rilevazioni antropometriche e l’elettrocardiogramma a riposo.

Per chi lo desidera è possibile integrare con l’esecuzione di uno Step-test oppure un TEM (Test massimale da sforzo con cicloergometro) consigliato per gli over 40: un test da sforzo che consiste nel controllare, durante un esercizio fisico, la funzione del cuore con un elettrocardiogramma in monitoraggio continuo.

**Una volta conclusa la visita, se tutti i parametri esaminati sono regolari e non sono state rilevate anomalie respiratorie e/cardiovascolari, il medico rilascerà immediatamente al paziente il certificato medico sportivo (o di idoneità sportiva) che ha validità di 12 mesi, che dovrà essere consegnato in copia originale alla propria società di appartenenza.**