



**Poliambulatorio
SaluSanGiorgio**

SPORT E MEDICINA

domande frequenti

Quali norme regolamentano la tutela della salute del cittadino per l'attività sportiva?

L'attività sportiva agonistica è regolamentata dal D.M. 18/02/198 mentre l'attività ludico motoria amatoriale e l'attività sportiva non agonistica sono regolamentate dal D.M. 24/04/2013 e da art. 42bis Legge 09/08/2013 n. 98.

Cosa si intende per attività ludico motoria amatoriale?

E l'attività sportiva finalizzata al proprio benessere psico-fisico e praticata da chiunque, come: jogging, fitness, danza, nuoto, calcetto, tennis ... svolta al di fuori di contesti di gara o competitivi.

Se le stesse attività sportive sono praticate da sportivi iscritti a Società sportive, affiliate alle rispettive Federazioni nazionali e al CONI, allora l'attività sportiva è intesa non più come ludico motoria amatoriale e può essere agonistica o non agonistica e classificata a seconda dell'impegno psicofisico richiesto.

Per andare in palestra è necessario il certificato medico?

Se la palestra è affiliata al CONI e lo sportivo / atleta viene tesserato, è obbligatorio produrre il Certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica.

Se la palestra non è affiliata al CONI o, seppur affiliata, allo sportivo non viene richiesto il tesseramento, allora si tratta di attività ludico motoria amatoriale e non occorre certificato medico, anche se è sempre consigliabile chiedere un consiglio al proprio medico sull'attività sportiva che intende intraprendere.

Il Medico di famiglia o il Pediatra sono in grado di valutare il caso e possono rilasciarne un generico certificato di buona salute. Tale certificato, anche se non necessario è sempre consigliabile.

Che cosa si intende per attività sportiva non agonistica?

Il D.M. 24/04/2013 considera attività sportiva non agonistica quella svolta da: alunni che svolgono attività sportiva organizzata dalle scuole nell'ambito delle attività parascolastiche in orario extra curriculare; studenti che partecipano ai Giochi della Gioventù nelle fasi pre nazionali; tutti coloro che svolgono attività organizzate dal CONI, da società sportive affiliate alle Federazioni sportive nazionali e dagli enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI, che però non siano considerati atleti agonisti.

Per l'attività sportiva non agonistica è obbligatorio il certificato medico?

Sì, è obbligatorio il Certificato medico, redatto sia dal Medico Specialista dello sport che dal Medico di famiglia o dal Pediatra. Questi ultimi Medici, però, possono refertare solo per i propri Assistiti e, a seconda del loro giudizio clinico, possono sottoporre il paziente ad un elettrocardiogramma e avvalersi della consulenza del Medico Specialista dello sport o di altri Specialisti.

Per l'Educazione fisica scolastica è necessario il certificato medico?

No, semmai il certificato medico è necessario per chiederne l'esonero quando lo stato di salute dello studente ne sconsiglia la partecipazione.

Che cosa è la Medicina dello sport?

La Medicina dello sport è una medicina preventiva e come tutte le forme di prevenzione in Medicina (come nella vita) è non solo utile ma risulta spesso fondamentale

Chi è il Medico Specialista dello sport?

E' un Medico con specifiche competenze fisiologiche, cardiologiche, pneumologiche, endocrinologiche, neurologiche e osteoarticolari, che è in grado di valutare la fisiologia dell'Atleta in rapporto allo sport praticato dallo stesso e di fornirgli, come al genitore del bambino che inizia uno sport, le indicazioni fisiologiche corrette per la pratica dello sport, i consigli sull'alimentazione e sui mezzi di prevenzione e cura delle patologie che possono insorgere a seguito della pratica dello specifico sport.

Quali attività sportive specifiche non agonistiche impongono particolare attenzione clinica?

Tutte quelle a particolare ed elevato impegno cardiovascolare, come le gare podistiche oltre i 20 km o le granfondi di ciclismo, di nuoto, di sci di fondo ...

In questi casi, la visita medica deve comprendere la rilevazione della pressione arteriosa, l'elettrocardiogramma basale, lo step test o il test ergometrico con monitoraggio dell'attività cardiaca e altri eventuali accertamenti ritenuti utili e opportuni a giudizio del Medico.

Quanto costa il certificato per l'attività non ludico motoria amatoriale o non agonistica?

Se rilasciati dai Medici Specialisti dello sport sono a pagamento, con una tariffa media di 50 €, oltre al costo di eventuali esami di laboratorio o strumentali necessari a giudizio del Medico.

Se rilasciati dai Medici di base o Pediatri, sono gratuiti ma solo per gli assistiti diretti e per le attività sportive parascolastiche o di partecipazione ai Giochi della Gioventù (per le fasi pre regionali) e la gratuità riguarda la visita e la certificazione ma non gli eventuali esami di laboratorio o strumentali.

Cosa attesta questo certificato?

Attesta che sulla base della visita medica e degli esami svolti, con indicazione di tipo e data, il soggetto non presenta controindicazioni in atto alla pratica di attività sportiva non agonistica e, nei casi dovuti, con riferimento al particolare ed elevato impegno cardiovascolare (all'art 4 D.M. 24/04/2013), con validità di 1 anno.

Cos'è l'attività sportiva agonistica.?

E' quella attività sportiva praticata continuativamente, sistematicamente ed esclusivamente in forme organizzate dalle Federazioni sportive nazionali, dagli Enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI e dal Ministero dell'Istruzione, per quanto riguarda i Giochi della Gioventù a livello nazionale.

Tale attività ha lo scopo di conseguire prestazioni sportive di elevato livello e la qualifica "sportiva agonistica" è stabilita da ogni singola Federazione.

C'è un limite di età per l'attività agonistica?

Le Federazioni sportive stabiliscono, per ciascuna disciplina sportiva, i limiti minimi ed eventualmente i massimi di età per iniziare e svolgere l'attività agonistica; ad esempio, per il tennis l'età minima per l'attività agonistica è 8 anni, per il calcio, l'atletica leggera e le arti marziali è 12 anni, per il ciclismo 13...

Nel caso di atleti minorenni, serve il consenso dei genitori ed al momento della visita deve essere presente almeno un genitore.

Chi deve richiedere l'idoneità sportiva agonistica?

La richiesta deve provenire dalla Società sportiva o dal singolo Atleta, solo se non è tesserato.

Cos'è il libretto sanitario sportivo?

E' un documento indispensabile per svolgere l'attività sportiva agonistica, che ogni Atleta deve possedere e che deve essere esibito in occasione delle visite medico sportive, poiché annota i dati dell'atleta e gli estremi delle visite medico sportive superate

Chi può rilasciare il certificato di idoneità all'attività agonistica?

Esclusivamente i Medici Specialisti in medicina dello sport e la visita deve esse svolta presso i Centri di medicina dello sport pubblici o privati accreditati ma non presso le sedi di Federazioni, Impianti sportivi, Palestre o altre Strutture sportive.

Come si svolge la visita per attività sportiva agonistica?

Il Medico Specialista in medicina dello sport effettua la visita medica, garantendo l'effettuazione di tutti gli accertamenti clinici e di diagnostica strumentale necessari a seconda delle indicazioni di Legge.

Lo stesso Medico e non altri, redige e rilascia il giudizio di idoneità o non idoneità o idoneità temporanea.

La visita comprende sempre l'I.R.I. test, la spirometria e il visus test.

Per gli Atleti di età superiore a 35 - 40 anni (a seconda dello sport) si esegue il Test da sforzo massimale al cicloergometro o al nastro trasportatore ed a giudizio del Medico, la visita può essere integrata da accertamenti di laboratorio o strumentali.

Cosa attesta il certificato di idoneità per l'attività sportiva agonistica?

Attesta che sulla base della visita medica e degli esami svolti, con indicazione di tipo e data, il soggetto non presenta controindicazioni in atto alla pratica di attività sportiva agonistica ed ha validità 1 anno (per alcune discipline, 2 anni).

Per eventuali altre attività sportive agonistiche praticate dallo stesso Atleta, sono necessari distinti certificati di idoneità.

Quanto costa il certificato per l'attività sportiva agonistica?

Se rilasciati dai Medici Specialisti dello sport sono a pagamento, con una tariffa media di 60 € oltre al costo di eventuali esami di laboratorio o strumentali necessari a giudizio del Medico.

Per tutti le altre curiosità o domande specifiche, sia la Segreteria del Poliambulatorio SaluSanGiorgio che il nostro Medico Specialista dello sport sono a disposizione.