

**“La valutazione della salute per le
attività motorie e sportive:
modalità e significato”**

Classificazione delle Attività Sportive

Fisiologico

- Sorgenti energetiche utilizzate:
- Anaerobiche alattacide
- Lattacide
- Aerobiche

Biomeccanica

- Caratteristiche biomeccaniche:
- Percentuale di masse muscolari impegnate
- Forza muscolare distrettuale richiesta

Classificazione Fisiologico-biomeccanica delle Attività Sportive

Attività di potenza

- L'impegno energetico è per lo più anaerobico lattacido
- Della durata massima di pochi secondi (corsa dei 100 metri piani, sollevamento pesi, ecc.)

Attività prevalentemente anaerobiche

- Impegnano strenuamente sia il meccanismo anaerobico lattacido che quello lattacido con moderata sollecitazione di quello aerobico
- Sono attività di durata compresa fra i 20 e i 50 secondi (400 piani, 100 stile libero, ecc.)

Classificazione Fisiologico-biomeccanica delle attività sportive

Attività aerobico anaerobiche massive

- Impegnano massivamente i meccanismi anaerobici, ma con l'intervento del meccanismo aerobico
- Durata compresa tra 40 secondi e 4-6 minuti (dagli 800 metri al miglio e gran parte del nuoto)

Attività prevalentemente aerobiche

- Il consumo di ossigeno è un fattore rilevante con l'intervento del meccanismo anaerobico lattacido
- Durata superiore a 4-6 minuti

Classificazione Fisiologico-biomeccanica delle attività sportive

Attività aerobico anaerobiche alternate

- Si alternano fasi aerobiche e anaerobiche
- Sono tipiche dei giochi di squadra (calcio, rugby, basket)

Attività di destrezza

- L'impegno energetico è spesso secondario ai fini della prestazione
- Prevalgono le capacità neuromuscolari e di coordinazione (tiro a segno, tiro con l'arco)

CERTIFICAZIONI MEDICHE PER ATTIVITA'

- Agonistiche

- Non agonistiche

- Ludico-motorie

SPORT AGONISTICO

**Decreto del Ministero della Sanità 18/02/82:
“Norme per la tutela sanitaria dell’attività agonistica”.**

- ▶ Vengono indicati **gli adempimenti** ai quali devono sottoporsi coloro che praticano attività sportiva agonistica;
- ▶ Viene precisato che **la qualificazione di agonistica** di chi svolge attività sportiva è **demandata alle federazioni sportive nazionali** e agli enti sportivi riconosciuti;
- ▶ Vengono **indicati i protocolli** degli accertamenti previsti per ciascun sport (Tabella A,B), ai quali gli atleti devono sottoporsi presso le strutture indicate dalle singoli Regioni.

Attività agonistica

- È quella forma di attività sportiva praticata sistematicamente e/o continuativamente per il conseguimento di prestazioni sportive di un certo livello in forme organizzate dalle Federazioni Sportive Nazionali, da Enti riconosciuti dal CONI e dal Ministero della Pubblica Istruzione
- **Non è sinonimo di competizione**

IDONEITA' SPORT AGONISTICO

TABELLA A

SPORT A BASSO IMPEGNO CARDIOCIRCOLATORIO

(es.: bocce, golf, automobilismo,...)

- Visita clinica generale
- Esame acuità visiva
- Esame delle urine
- Elettrocardiogramma a riposo

TABELLA B

SPORT AD ALTO IMPEGNO CARDIOCIRCOLATORIO

(es.: atletica, calcio, tennis,
pallacanestro,...)

- Visita clinica generale
- Esame acuità visiva
- Esame delle urine
- Elettrocardiogramma a riposo
- Elettrocardiogramma dopo sforzo
- Indice rapido di idoneità
- Spirometria

Attività agonistica e legislazione

- Disposizioni per la prevenzione e cura del diabete; legge n.115 del 16/3/1987
- Attività sportiva agonistica per i soggetti disabili; DM del 4/3/1993
- Norme sulla tutela sanitaria degli sportivi professionisti; DM del 13/9/1995

(calcio, pugilato, ciclismo, golf, automobilismo, pallacanestro)

Linee guida espresse dalla

Federazione Medico Sportiva Italiana

- Protocolli cardiologici per l'attività sportiva agonistica (1989)
- Indicazioni alla prescrizione dell'esercizio fisico in ambito cardiologico
- Attività sportive e patologie dell'apparato respiratorio
- Idoneità medico sportiva in endocrinologia
- Esercizio fisico in oncologia (2013)

SPORT NON AGONISTICO

“Norme per la tutela sanitaria dell’attività sportiva non agonistica”, già esposte in un D.M. del 28/2/83 e riprese nelle linee guida del Ministero della Salute dell’ 8 agosto 2014

Devono sottoporsi, preventivamente e con periodicità annuale, a visita medica intesa ad accertare il loro stato di buona salute:

- a) gli alunni che svolgono attività fisico-sportiva organizzate dagli organi scolastici nell’ambito delle **attività parascolastiche**;
- b) coloro che svolgono attività organizzate nell’ambito delle federazioni sportive e dagli enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI e che **non** siano considerati atleti agonisti ai sensi del DM 18/02/1982
- c) coloro che partecipano ai **Giochi della Gioventù**, nelle fasi precedenti quella nazionale.

📄 La certificazione è rilasciata ai propri assistiti dai Medici di Medicina Generale, dai Pediatri di libera scelta e dai medici della FMSE;

📄 **Obbligatorio l’ECG a riposo.**

ATTIVITA' LUDICO-MOTORIA,
non c'è obbligo di certificazione (es. l'attività in
palestra)

ATTIVITA' AD ELEVATO IMPEGNO CARDIOVASCOLARE
(D.M. 24 aprile 2013), quali il podismo >20 Km, le gran
fondo di ciclismo e analoghe.

E' richiesto l'ECG basale e quello da sforzo

VISITA MEDICO - SPORTIVA

Fine Preventivo: delineare lo stato di buona salute del soggetto e valutare l'effettiva idoneità all'attività agonistica



Fine Assistenziale: attraverso la ripetizione periodica delle visite medico sportive atte ad accertare la permanenza delle necessarie qualità psicofisiche

CON QUALI OBBLIGHI?

➡ Per gli Atleti:

- sottoporsi alla visita nei termini previsti
- far vidimare il certificato alla ULSS (in caso di visita presso uno specialista privato)

➡ Per i Presidenti delle Società:

- acquisire e conservare il certificato.

CON QUALI OBBLIGHI?

Per il medico:

- rispettare le indicazioni del decreto ministeriale
- svolgere visita ed esami secondo le prassi cliniche
- conservare la documentazione per 5 anni

Cosa succede in altre nazioni

Nessuna certificazione (responsabilità del partecipante che autodichiara la sua buona salute)

Discezionale da parte dell'organizzatore

Richiesta direttamente dalla Federazione Sportiva

Valutazione con questionari (es. PARQ) che indirizzano alla valutazione medica