

La visita medico sportiva (e non solo) per fare attività fisica senza pensieri

Praticare sport in sicurezza: una questione di cuore

L'attività sportiva è da considerarsi una vera e propria terapia preventiva e viene consigliata a tutte le età. Per essere salutare deve essere praticata sotto controllo, rispettando le possibilità del proprio fisico. Quando si inizia un'attività sportiva e anche quando è già una buona abitudine, è importante allenarsi senza rischi. Indipendentemente dal proprio stato di salute, la visita del medico dello sport e i controlli periodici possono prevenire problemi che derivano da complicazioni cardiache e da altre patologie minori.



IL CONSIGLIO DELLO SPECIALISTA



Oltre la visita medico sportiva

Incoraggiamo a praticare attività fisica aerobica a qualsiasi età, ma senza esporsi a rischi. La visita medico sportiva integrata dall'indagine ecocardiografica è una scelta obbligata per chi si avvicina allo sport. «Oggi, la prevenzione della morte improvvisa dell'atleta conta su una tecnologia avanzata» precisa il Professor Anedda «far seguire al test da sforzo un'ecografia cardiaca è sufficiente per avere un quadro completo delle condizioni dello sportivo». La visita deve essere eseguita una volta all'anno e ripetuta in caso di disturbi e alterazioni della situazione "normale".

Professor Claudio Reverberi, Cardiologo del PacC, «si inizia dall'analisi cardiaca che comprende l'elettrocardiogramma di base, per proseguire con l'approfondimento verso metodiche sempre più fini e tecnologicamente avanzate». Sempre più spesso l'elettrocardiogramma non è sufficiente e serve integrare la visita medico sportiva con l'ecocardiogramma color doppler: un importante supporto diagnostico non invasivo, ripetibile e a basso costo che consente di "vedere" il cuore e valutarne le condizioni. «Oggi quando si parla di morte improvvisa non si allude solo all'infarto del miocardio, come si credeva fino a qualche tempo fa» precisa Reverberi «si parla di morte elettrica sostenuta da patologie non sempre facilmente riscontrabili durante la visita d'idoneità. La sfida per il cardiologo e il medico sportivo è nella ricerca di una diagnosi sempre più accurata che al PacC si può ottenere grazie a tecnologie all'avanguardia come la cardioTC e la risonanza magnetica cardiaca».

A VOI LA PAROLA



Inviare le vostre domande a direzione@poliambulatoriocittadicollechio.com

Domanda del Sig. Giampaolo da Parma
«La visita medico sportiva è raccomandata solo a chi pratica sport a livello agonistico?»

Risponde il Prof. Alberto Anedda, Medico dello Sport del PacC

La visita medico sportiva è uno strumento prezioso per chiunque, non solo per chi pratica sport a livello agonistico. Anzi, è ancor più preziosa per gli sportivi amatoriali che spesso si dedicano all'attività fisica senza rendersi conto di quali possano essere le conseguenze di un'attività svolta senza opportuni controlli.

IL PUNTO DI VISTA DELLE ASD

Certificati medico sportivi: le responsabilità delle società

La certificazione medico sportiva è un documento necessario e obbligatorio per qualsiasi tesserato di una società o associazione sportiva, sia che effettui la pratica agonistica che quella non agonistica. In assenza di certificazione sportiva, la società o l'associazione non può ammettere il socio alle attività sportive, a qualunque livello vengano praticate. Il certificato è un obbligo di legge e se manca assenza in caso di infortunio, si possono aprire responsabilità civili e in alcuni casi anche penali nei confronti del presidente e di tutta la dirigenza



dell'associazione sportiva. È necessario anche prestare attenzione agli aspetti assicurativi: in caso di incidente, l'assenza di certificazione medica potrebbe far saltare la copertura.