

LA VISITA E LA CERTIFICAZIONE MEDICA: ADEMPIMENTI DELLE SOCIETA' E DEGLI ATLETI

La pratica della vela sportiva necessita di uno stato di buona salute e di una condizione atletica adeguata per far fronte al costante impegno psico-fisico richiesto.

Questo vale soprattutto per quegli atleti che frequentano classi particolarmente impegnative da un punto di vista fisico (FD, Finn, Laser) ma sarebbe da tenere in considerazione per tutte le classi, in quanto regatare in condizioni di vento forte è impegnativo a livello fisico su qualsiasi barca, sia essa una deriva o una barca a chiglia. E' quindi opportuno, prima d'intraprendere l'attività, e poi periodicamente, sottoporsi ad un controllo medico per escludere controindicazioni alla pratica sportiva.

In Italia la Tutela sanitaria delle attività sportive è regolamentata da specifici decreti che sanciscono l'obbligo della visita medica, con acquisizione del relativo certificato d'idoneità, per tutti coloro che praticano attività sportiva agonistica o non agonistica organizzata.

La differenza tra le due tipologie consiste nel fatto che per l'idoneità agonistica, rilasciata esclusivamente dallo specialista in Medicina dello Sport, bisogna sottoporsi a tutta una serie di accertamenti tra cui l'ECG basale e da sforzo, spirometria ed esame urine, mentre per l'idoneità non agonistica è richiesto solo il certificato di buona salute che **deve essere rilasciato dal proprio Medico Curante a seguito di una visita medica.**

La F.I.V., ai sensi del D.M. 18/2/1982, definisce come attività velica agonistica quella praticata dai tesserati appartenenti alle squadre federali ed alle rappresentative nazionali delle classi olimpiche per i quali è richiesta l'idoneità agonistica; invece i tesserati che svolgono la restante parte dell'attività velica nazionale ed internazionale, definita attività sportiva (non agonistica), non essendo considerati, ai sensi del D.M. 18/2/1982, atleti agonisti devono sottoporsi solo alla visita medica volta ad accertare il loro stato di buona salute.

Personalmente la trovo una norma un po' contraddittoria in quanto non vedo differenze dal punto di vista dello stress fisico fra una deriva olimpica ed una deriva non olimpica, anzi direi che dal punto di vista dell'impegno cardiovascolare una deriva come il Flying Dutchman, oltretutto frequentata da atleti master in larga maggioranza, non è meno stressante di un 470 o di un laser o di una qualsiasi altra deriva olimpica, semmai direi proprio il contrario, con l'aumento dei rischi che l'età degli equipaggi comporta.

La legge regionale 35/2003 della regione Toscana, all'articolo 4 specifica che la certificazione medica di idoneità agonistica e sportiva (non agonistica) deve essere rilasciata esclusivamente dal medico curante limitatamente ai propri assistiti o dalla struttura di medicina dello sport accreditata presso la propria AUSL o dalla AUSL di appartenenza alla società.

L'articolo 7 della suddetta legge prevede anche che la società, nella figura del presidente, debba:

- a) **subordinare la partecipazione degli atleti alle attività sportive agonistiche e non agonistiche alla presentazione della certificazione di idoneità sportiva prevista dalla presente legge;**
- b) conservare i certificati di idoneità dei propri atleti, verificandone scadenza e validità;
- c) verificare la regolarità della posizione dei propri atleti che prendono parte alle gare agonistiche dalle stesse organizzate mediante esame del libretto sanitario

d) rifiutare, ai fini della pratica delle attività sportive agonistiche e non agonistiche, i certificati rilasciati da specialisti diversi da quelli indicati nella presente legge.

Indipendentemente dagli obblighi di legge però sottoporsi periodicamente a specifici accertamenti dovrebbe rappresentare per chiunque una irrinunciabile opportunità, una sorta di “tagliando”, per meglio tutelare la propria salute.

Merita particolare attenzione l'apparato cardiovascolare che è causa del 60-80% delle non idoneità sportive. Una appropriata valutazione cardiologica risulterà utile non solo per escludere eventuali patologie a rischio di eventi nel corso di attività fisica, in particolare di morte improvvisa, ma anche per identificare, tramite ad esempio il Test da Sforzo, alcuni parametri funzionali utili per programmare un allenamento razionale.

Fa parte della valutazione dell'apparato cardiovascolare anche il controllo della pressione arteriosa, troppo spesso sottovalutata.

Altro capitolo troppo spesso sottovalutato è il sovrappeso, che nel nostro sport è molto frequente.

Questo è causa di traumi articolari (colonna vertebrale, anche, caviglie), di eccessivo stress cardiovascolare, di ipertensione.

E' quindi consigliato per tutti quei velisti che hanno questo problema, un programma dietetico che oltre a migliorare le performances del mezzo, può migliorare la loro qualità di vita e ridurre i rischi cardiovascolari.

Dott. Spartaco Francesconi
Dirigente medico 1° livello
U.O. Medicina chirurgia d'urgenza
e accettazione AUSL 12 Viareggio