

## VISITA DI IDONEITÀ SPORTIVA AGONISTICA



La visita è regolamentata dal D.M. del 18 febbraio 1982 con norme integrative del D.M.28/2/1983 "Norme per la tutela della attività sportiva agonistica e non agonistica" (è la normativa tuttora vigente).

Può essere eseguita solo da un medico specialista in medicina dello sport abilitato all'esercizio della professione, in un ambulatorio di Medicina dello Sport pubblico o privato (in Sicilia non esistono), accreditato o convenzionato a seconda delle locali leggi regionali.

Il medico dello sport che effettua la visita ha l'obbligo di rilasciare un certificato che sia di idoneità o non idoneità allo sport o può richiedere a norma di legge ulteriori esami per gli eventuali approfondimenti diagnostici.

Il certificato nella maggior parte degli sport può avere durata massima di 12 mesi, in pochi altri (es. golf) può avere una durata massima di 24 mesi.

A norma di legge la visita può essere effettuata gratuitamente ai minorenni e ai disabili di tutte le età, che presentano richiesta della società sportiva, presso gli ambulatori di medicina dello sport del Servizio Sanitario Nazionale.

Il certificato risultante è obbligatorio per la pratica dello sport agonistico per tutte le età; la società di appartenenza è responsabile della mancata certificazione.

Fanno eccezione alcuni sport come il tiro con l'arco o le bocce che non prevedono l'ECG dopo sforzo e altri, come il pugilato ed alcune discipline dello sci che prevedono esami aggiuntivi come la visita neurologica e l'EEG.

Per quanto riguarda il certificato per la pratica sportiva non agonistica, può essere rilasciato dal medico specialista in Medicina dello Sport, che si occupa di medicina dello sportiva o dal medico di famiglia o dal pediatra (per i bambini).

## Classificazione degli sport

Gli sport vengono suddivisi in due tipologie, a seconda dell'impegno necessario:

- Sport di **Tabella A**, ad impegno muscolare e cardio-respiratorio lieve o moderato;
- Sport di **Tabella B**, ad impegno elevato.

In base alla tabella di appartenenza vengono effettuati diversi tipi di accertamenti.

### Sport di tabella "A"

- Visita medica
- Esame completo delle urine
- Elettrocardiogramma a riposo

L'idoneità di tipo A può avere validità annuale o biennale.

Validità annuale: *automobilismo velocità, motociclismo (cross, enduro, trial, velocità), motonautica, bob-slittino, tuffi.*

Validità biennale: *automobilismo regolarità, bocce, golf, karting, arco, tamburello, tennis tavolo.*

### Sport di tabella "B"

- Visita medica
- Esame completo delle urine
- Elettrocardiogramma a riposo
- Elettrocardiogramma tipo master e se necessario dopo test da sforzo
- Spirometria

L'idoneità di tipo B ha validità annuale: *atletica leggera, baseball e softball, basket, calcio, calcio a 5, canoa e kajak, canottaggio, ciclismo, ginnastica, hockey, judo, lotta, nuoto, pallamano, pallanuoto, pallavolo, pesistica, rugby, scherma, sci, sport equestri, sport subacquei, tennis...*

Per alcuni sport, sia per escludere la presenza di patologie specifiche che potrebbero controindicarne l'avvio alla pratica, sia per escludere possibili danni che la pratica intensiva di tali sport può potenzialmente causare, la legge prevede poi ulteriori esami specialistici di protocollo come ad es. esame audiometrico, visita otorino, elettroencefalogramma, visita neurologica, visita oculistica.

**La visita medica sportiva.** Analizziamo per es. per il nuoto, le indicazioni e le informazioni che si ricavano dagli accertamenti richiesti.



### ECG da sforzo

Rispetto all'ECG basale, l'ECG da sforzo offre maggiori informazioni sullo stato di salute del cuore perché ne aumenta il lavoro, evidenziando eventuali patologie non riscontrabili a riposo. Ciò perché con questo test viene estrapolato il  $VO_2 \text{ max}$ , ovvero il massimo consumo di ossigeno, che è il parametro più importante nella fisiologia dell'esercizio.

Il test inizia con una valutazione preliminare degli antecedenti anamnestici per mettere in evidenza la presenza di cardiopatie, aritmie o storie di angina pectoris, infarto, ecc, dopodiché

viene effettuata una valutazione dell'ECG di base (a riposo), frequenza cardiaca, pressione arteriosa.

Durante l'esecuzione del test vengono costantemente monitorizzati i parametri predetti, oltre che il quadro clinico. Incrementi progressivi di carico applicati, servono a valutare la risposta cardiovascolare progressiva, nell'ambito della durata del test (circa 20 minuti mediamente).

Infatti il test viene immediatamente interrotto in caso di positività (cioè, se patologico), allorché metta in evidenza segni elettrocardiografici di ischemia (che si manifestano principalmente con un sotto-slivellamento del tratto ST).

Se, invece, durante lo sforzo il paziente accusa dei disturbi (dolore toracico, mancanza di respiro) in assenza alterazioni ECG, il test ergometrico viene considerato "non diagnostico" e può essere indicato un approfondimento diagnostico con altri test (es. scintigrafia miocardica). Di fronte a un test positivo, viene istituita opportuna terapia farmacologica, oltre che porsi indicazione alla coronarografia.

**In questi casi non può essere chiaramente rilasciato un certificato di idoneità all'attività agonistica.**

Quando il test è negativo, nel caso quindi di uno sportivo in buona salute, risulta importante anche la valutazione della capacità di recupero, quantificabile con il tempo impiegato al ripristino delle condizioni cardiovascolari preesistenti al test.

### **Spirometria**

È il test più utilizzato per valutare la funzionalità respiratoria in quanto utilizza metodiche universalmente standardizzate, è indolore, oggettivo e facile da riprodurre.

Come funziona?

Con la spirometria possiamo valutare parametri statici e dinamici.

#### **Parametri statici:**

Si ottengono facendo inspirare lentamente e profondamente al paziente dentro al boccaglio monouso, dopo di che si fa espirare completamente e profondamente, in modo da espellere tutta l'aria.

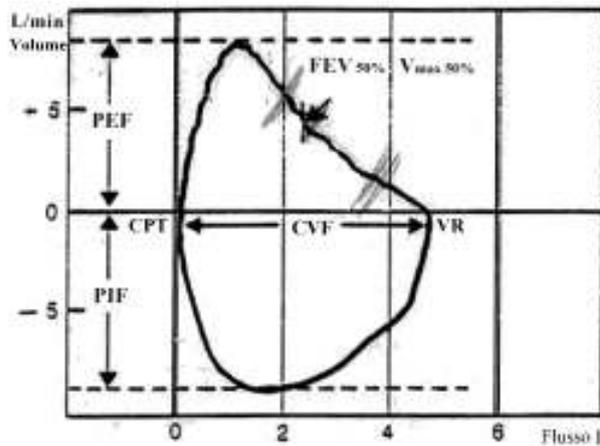
#### **Parametri dinamici:**

Per misurarli il paziente viene invitato a respirare normalmente attraverso un boccaglio monouso con il naso chiuso da uno stringinaso. In questo modo verrà registrato il volume corrente (VC).

Successivamente il soggetto viene invitato a compiere un'inspirazione massimale (fino a CPT), seguita da una rapida, decisa e completa espirazione (fino a VR).

Il valore più importante fornito dalla spirometria è la capacità vitale forzata (CVF o FVC). Da questa ne deriva la curva flusso-volume in inspirazione ed espirazione, di seguito indicata e che ci fornisce altre importanti informazioni sulla funzionalità polmonare.





La collaborazione del paziente durante la spirometria è fondamentale.

Per eseguire un'adeguata spirometria sono quindi importanti alcuni requisiti:

1. Ottenere almeno tre spirogrammi accettabili (VEMS e FVC non devono differire più di 200 ml o del 5%);
2. Inspirazione completa prima del test;
3. Inizio soddisfacente della espirazione (massimo sforzo, nessuna esitazione);
4. Assenza di tosse durante il primo secondo;
5. Durata adeguata del test (espirazione di durata non inferiore ai 6 secondi o ai 15 secondi in caso di ostruzione bronchiale);
6. Perfetta tenuta e pervietà del boccaglio.

### **Esame delle urine**

Con questo esame viene valutata la normale funzionalità renale e viene effettuata la ricerca di eventuali sostanze dopanti.

### **Dove fare la visita medica per l'idoneità sportiva?**

Talvolta non è semplice venire a conoscenza dei Centri e ambulatori di Medicina dello Sport pubblici o **privati ( in provincia di Agrigento non esistono )** abilitati e riconosciuti per eseguire la visita medica sportiva.

Ricordate che il medico dello sport deve essere iscritto in un elenco regionale ed il corrispondente numero di iscrizione deve essere leggibile sul timbro apposto sul certificato. Infine, molti centri sportivi hanno un proprio medico dello sport; è una cosa normale, ma attenzione a verificare la dicitura della specializzazione sulla sua carta intestata e la sua iscrizione nelle liste regionali.

Anche se non tutte le Regioni mettono a disposizione on-line un elenco ufficiale.