

# L'IMPORTANZA DELLA TUTELA SANITARIA NELLO SVOLGIMENTO DELL'ATTIVITA' SPORTIVA



*La visita medica per l'accertamento dell'idoneità alla pratica dell'attività sportiva è un adempimento di fondamentale importanza, sia sotto l'aspetto della regolarità della documentazione necessaria per lo svolgimento dell'attività sportiva che, soprattutto, in relazione alla responsabilità del dirigente sportivo.*

## **La visita medica**

La visita medica per l'accertamento dell'idoneità alla pratica dell'attività sportiva è un adempimento di fondamentale importanza, sia sotto l'aspetto della regolarità della documentazione necessaria per lo svolgimento dell'attività sportiva che, soprattutto, in relazione alla responsabilità del dirigente sportivo.

## **La normativa**

La normativa vigente prevede infatti che chiunque intenda svolgere un'attività sportiva agonistica comunque regolamentata debba sottoporsi ad una visita medica differenziata per le singole discipline sportive, presso un servizio pubblico, convenzionato o accreditato di medicina dello sport, mentre, qualora l'attività sportiva assuma carattere non agonistico, la visita medica ed il relativo certificato competono al medico di base od al pediatra, i quali, in caso di esito positivo della visita, rilasceranno un certificato di idoneità sportiva non agonistica generico, senza obbligo di indicazione dello sport praticato e, quindi, utilizzabile per la pratica di diverse attività sportive non agonistiche.

Si tratta di un obbligo che viene troppo spesso sottovalutato, anche se, purtroppo, torna drammaticamente in evidenza ogni qualvolta ci si trova di fronte a situazioni quali decessi o invalidità permanenti determinate dallo svolgimento dell'attività sportiva ovvero verificatesi nel corso dello svolgimento di un'attività sportiva. In tali casi, qualora l'atleta risulti privo di certificato di idoneità (ovvero con certificato non regolare) la responsabilità (civile e penale) ricade sul Presidente della società e su coloro che, verosimilmente, potevano essere al corrente della situazione, quali i dirigenti della società (segretario, direttore sportivo), il medico sociale e l'allenatore. In caso di manifestazioni a partecipazione individuale (es. gare podistiche, podistiche, tornei amatoriali etc.) è da intendersi responsabile il Presidente del Comitato Organizzatore, cui spettano gli stessi compiti del presidente della società sportiva in relazione agli atleti partecipanti non iscritti a società sportive.

Il problema del mancato rispetto dell'obbligo assume connotazione importante anche per le visite agonistiche; nonostante la visita sia obbligatoria per legge e condizione "sine qua non" per il tesseramento sportivo, non tutti gli atleti vengono sottoposti a visita di idoneità: nel Lazio, su un totale di circa 700.000 atleti agonisti, sembra che vengano sottoposti a visita meno del 50%, nelle Marche l'indice di "evasione" è calcolato in di ca. il 35-40% e nel Veneto tale percentuale si attesta nell'ordine del 40%.

Infine, è importante sottolineare sin d'ora che eventuali dichiarazioni di assunzione di responsabilità sottoscritte dal praticante l'attività sportiva allo scopo di liberare il soggetto responsabile ai sensi di legge (Presidente della società o del comitato organizzatore) non hanno alcuna validità.

## **Agonismo e dilettantismo**

Il numero dei praticanti attività sportiva è, per fortuna, in costante aumento: molti sono coloro che praticano attività sportiva agonistica in Italia, ma ben maggiore è il numero di praticanti attività sportive a livello amatoriale; per questa categoria di "sportivi" manca un riferimento legislativo ad hoc (fatta eccezione per qualche intervento normativo al livello regionale) che regolamenti in maniera univoca e precisa la materia e che renda obbligatorio il certificato medico nello svolgimento delle attività sportive ludiche e/o amatoriali. Come sopra specificato, infatti, rimane ad esclusiva discrezione del centro sportivo richiedere ai soci/frequentatori, quale condizione per l'ammissione all'attività sportiva non subordinata a normative CONI, il certificato di buona salute ovvero demandare e ridurre il tutto a le semplice rilascio di dichiarazioni "discarico" della responsabilità (che, come sopra evidenziato, sono del tutto inutili).

## **Errori frequenti**

Spesso si valutano solo gli aspetti positivi della pratica sportiva e della attività motoria senza considerare che, a volte, i benefici non sono automatici ed insiti nella stessa pratica sportiva ma sono anche la conseguenza di comportamenti ed atteggiamenti personali che interagiscono con lo svolgimento dell'attività sportiva di quella specifica disciplina: se, per esempio, si va in palestra, piscina, a giocare a calcio o a fare cicloturismo senza abbandonare abitudini nocive come il fumo, l'alcool, un'alimentazione sregolata, poco riposo ed eccessivo stress, non solo la pratica sportiva potrà contribuire al benessere fisico solo in misura relativa, ma potrebbe anche essere addirittura dannosa e causa di patologie cardiocircolatorie.

Inoltre spesso si ritiene, erroneamente, che il cosiddetto "sport amatoriale" sia quello meno pericoloso in quanto dovrebbe richiedere bassi livelli di agonismo, mentre spesso, al contrario, venendo praticato il più delle volte saltuariamente, senza la possibilità o la voglia di sottoporsi a visite mediche e in molti casi in età mediamente avanzata può essere molto più a rischio dello sport di vertice, o comunque agonistico, dove gli atleti possono quasi sempre contare su qualificate équipes di medici specialisti e, comunque, sono assoggettati per legge all'obbligo della visita di idoneità.

Considerati i problemi che l'assenza di un certificato di buona salute (indipendentemente dall'obbligo legale) o di idoneità agonistica comportano a livello di responsabilità (civile e/o assicurativa) del Presidente del sodalizio sportivo e/o degli amministratori della struttura sportiva nonché, a livello di sport agonistici, di coloro che verosimilmente potevano essere al corrente della situazione quali i dirigenti della società e l'allenatore, è assolutamente auspicabile che i soggetti (ASD, Enti, Circoli sportivi, Palestre) si dotino di un codice di autoregolamentazione in tal senso, richiedendo, come *conditio sine qua non* per l'accesso alle strutture sportive, la presenza del certificato.

Non solo, occorre anche essere consapevoli che, a volte, il certificato di buona salute da solo può non essere sufficiente a stabilire se una persona è veramente idonea a praticare la disciplina sportiva prescelta, soprattutto se questa richiede sforzi considerevoli, come sovente accade all'interno di una palestra o nel corso di manifestazioni amatoriali (es. gare di ciclismo di gran fondo).

## **Cosa fare ?**

Sottoporsi ad un attento controllo medico sportivo, prima di iniziare la pratica di un'attività sportiva, anche a livello amatoriale, serve sicuramente a chi intraprende un'attività fisica a venire a conoscenza dell'esistenza di qualche patologia potenzialmente pericolosa o di rendersi conto quale livello di sforzo è in grado di sopportare; l'esito del controllo è, inoltre, assolutamente utile, per non dire indispensabile, all'istruttore sportivo per capire quali sono i limiti al di sopra dei quali non è opportuno andare.

Oltretutto, una accurata visita medico-sportiva è molto importante, soprattutto nel giovane, perché permette di evidenziare eventuali patologie a rischio, ma soprattutto perché permette di intervenire su problematiche strutturali importanti per un corretto sviluppo ed accrescimento: eccesso di peso, scoliosi o atteggiamenti scoliotici, alterazioni dell'appoggio del piede (piede piatto, cavo) e del ginocchio (ginocchio valgo, varo), alterazioni che, se trascurate, possono causare in età adulta gravi problemi patologici.

Ugualmente importante è tale controllo nell'adulto che quasi sempre, preso dalla "smania sportiva", dopo anni di sedentarietà decide di iniziare l'attività fisica, e che, spesso, non inizia a praticare con calma e tranquillità, attività aerobiche ed a bassa intensità quali corsa, ciclismo, nuoto, ginnastica a corpo libero (tutte attività estremamente salutari!), ma approccia attività estremamente intense ed a rischio quali Body building, calcio, tennis, ovvero

svolge attività potenzialmente aerobiche ma ad alta intensità (cicloamatori) per le quali sarebbe opportuno effettuare una visita approfondita per verificare l'idoneità allo sforzo. Un controllo dell'efficienza cardiaca, respiratoria, muscolo-tendinea ed articolare è importantissimo per prevenire incidenti talvolta molto seri.

Sarebbe auspicabile infine una maggiore responsabilità da parte delle Federazioni e degli Enti di Promozione Sportiva nel permettere l'iscrizione a campionati e tornei solo a quegli atleti in possesso del certificato d'idoneità, non lasciando, come avviene in alcuni casi, solo la responsabilità al presidente di ogni singola squadra.

Anche la legislazione vigente può essere migliorata fornendo alla massa dei praticanti maggiori possibilità per l'effettuazione delle visite mediche ed a costi più ridotti, ma è comunque certo che una vera prevenzione e tutela sanitaria nello sport potrà essere concretizzata partendo dalla consapevolezza e responsabilità di ogni atleta e di tutti le figure, professionali e non, che ruotano all'interno del mondo sportivo.

### **Per chiudere...**

**Diffidate dalle visite fatte "in batteria", in strutture non autorizzate (lo "studio di medicina dello sport" ha delle caratteristiche ben determinate!), eseguite con superficialità e privilegiando più la velocità di esecuzione che la accuratezza; la Medicina dello Sport è una medicina preventiva e non una formalità!**