

# LA VISITA DI IDONEITÀ: "... Indicazioni e modalità d'uso ..."

Sergio Lupo

Molti sono coloro che praticano attività sportiva agonistica in Italia, ma ben maggiore è il numero di praticanti amatoriali e l'impegno a cui l'organismo è sottoposto durante la pratica dello sport è tale che necessita di un perfetto stato di buona salute ed EFFICIENZA FISICA.

Per verificare la propria efficienza fisica ed evitare rischi di patologie più o meno gravi, è opportuno sottoporsi, prima di intraprendere l'attività fisica e poi periodicamente, ad un controllo medico con il quale si possono evidenziare alterazioni favorevoli all'insorgenza di patologie invalidanti.

Fra l'altro tale controllo medico, in Italia, è obbligatorio per tutti coloro che praticano attività sportiva agonistica e non agonistica organizzata [con società sportive, enti di promozione sportiva (UISP, ACLI ...), in palestre ecc.]: la differenza tra le due tipologie di visita consiste nel fatto che la visita per l'agonistica comprende accertamenti strumentali (elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo, spirometria, esame urine ...) e **può essere effettuata esclusivamente dallo Specialista in Medicina dello Sport**, mentre quella per la non agonistica (il certificato di "stato di buona salute" per intenderci) prevede solo la visita clinica (ma sarebbe opportuno effettuare almeno un elettrocardiogramma a riposo) e può essere eseguita anche dal proprio medico di base o pediatra di base.

Tale visita è molto importante 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).

Queste alterazioni se trascurate, possono causare in età adulta grossi problemi patologici: obesità, cardiopatie e patologie metaboliche, artrosi ecc. Un intervento precoce può invece quanto meno migliorare la situazione.

Ugualmente importante è tale controllo nell'adulto che quasi sempre, preso dalla "**smania sportiva**", dopo anni di sedentarietà decide di iniziare l'attività fisica ed ovviamente non inizia a praticare con calma e tranquillità un po' di corsa, ciclismo, nuoto a bassa intensità, ginnastica a corpo libero (attività estremamente salutari), ma va in palestra a fare Body building, Step, Aerobica, Spinning ...: tutte attività estremamente intense ed a rischio.

Un controllo dell'efficienza cardiaca, respiratoria, muscolo-tendinea ed articolare è obbligatorio per prevenire incidenti talvolta molto seri.

Un'avvertenza però: 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!



Vediamo per prima cosa **chi può effettuare tale visita specialistica e quali sono le modalità di esecuzione** e gli accertamenti clinici e strumentali obbligatori.

A tal proposito dobbiamo distinguere la visita per l'idoneità allo sport agonistico e quella per lo sport non agonistico.

### **Visita per l'Idoneità alla pratica di Sport agonistico**

Può essere effettuata solo dagli specialisti in Medicina dello Sport operanti in strutture autorizzate (in alcune regioni, il Lazio ad esempio, esistono degli albi regionali dove sono iscritti gli specialisti e le relative strutture autorizzate).

Lo specialista deve effettuare una visita completa, comprendente la raccolta dell'anamnesi (la storia clinica, anche familiare) dell'atleta e l'esame dei grandi apparati (respiratorio, cardiaco, muscolo-scheletrico ...).

Gli esami clinici e strumentali da effettuare sono i seguenti:

1. **esame spirografico, con determinazione della capacità polmonare statica e dinamica e della massima ventilazione volontaria;**
2. **elettrocardiogramma a riposo;**
3. **elettrocardiogramma dopo esecuzione di Step Test [lo Step Test consiste nel salire e scendere su un gradino di altezza variabile (30 cm per i bambini, 40 cm per le donne, 50 cm per gli uomini) al ritmo di 120 movimenti al minuto, per un tempo di 3 minuti]; sulla base di questo test deve essere calcolato l'I.R.I. (indice rapido di idoneità), che fornisce informazioni sulla capacità di recupero dell'atleta;**
4. **esame completo delle urine (che deve essere eseguito obbligatoriamente da un laboratorio di analisi).**

Per alcuni sport sono previsti **accertamenti accessori** [ad esempio per lo sport subacqueo è obbligatoria la visita dello specialista Otorinolaringoiatra; per lo sci alpino (discesa libera) l'elettroencefalogramma, la visita neurologica ecc.].

Di ogni atleta il medico deve conservare una scheda medica, con gli esami effettuati, per un periodo di 5 anni dalla data della visita. La visita ha, solitamente validità di 12 mesi (per alcuni sport di minor impegno, come ad esempio il Tiro con l'Arco, la validità è di 24 mesi).

Per accedere alla visita specialistica l'atleta deve consegnare allo specialista una **Lettera di Richiesta** della società di appartenenza (**MODELLO 1**),

nominativa, nella quale devono comparire tutti i dati identificativi della società sportiva stessa (nome, indirizzo, codici di affiliazione ecc.).

## **LA RICHIESTA DELLA SOCIETA' SPORTIVA PER LA VISITA DI IDONEITA' ALLO SPORT**

(D.M. 18-2-1982 e circ. Ministero Sanità 31-1-1983 n. 7)

Essa costituisce la condizione per l'ammissione alla visita sia negli ambulatori ASL sia negli ambulatori e studi privati ove operano i medici specialisti in medicina dello sport iscritti all'elenco regionale ex art. 16 L.R. n. 24/97.

Sulla richiesta sono riportati i dati della società e l'attestazione che il soggetto è tesserato per la società stessa o sta per esserlo.

### **A COSA SERVE:**

1. L'attestazione (MODELLO 1) permette al soggetto di essere ammesso alla visita pagando la tariffa stabilita dalla legge.
2. Permette inoltre, essendo obbligatorio per il medico in caso di **SOSPENSIONE** o **NON IDONEITA'** dell'atleta comunicare tale situazione oltre che alla ASL, alla Regione Lazio, alla Federazione sportiva di appartenenza, anche alla società sportiva dell'atleta, di ottemperare a tale obbligo di legge.

### **I "RICHIAMI" LEGISLATIVI:**

- Legge Tutela Sanitaria Attività Sportive - D.M. 18-2-1982 e circ. Minist. Sanità 31-1-1983 n. 7
- Circolare 31 della Regione Lazio del 27-7-1999
- Verbale Giunta Regionale Lazio del 19-10-2001, deliberazione n. 1533

### **Sport Non Agonistico**

In questo caso la certificazione può essere effettuata (dopo una visita accurata, ma senza obbligo di accertamenti clinici e strumentali) anche dal **PROPRIO MEDICO DI BASE O DAL PROPRIO PEDIATRA DI BASE**, oltre che, ovviamente, dallo Specialista in Medicina dello Sport.

In caso di **atleta minorenni**, è **obbligatoria la presenza di un genitore** che deve tra l'altro sottoscrivere una **dichiarazione di consenso informato (MODELLO 2)**.

La visita medico sportiva non può essere effettuata al di fuori delle strutture autorizzate e quindi non può esistere uno Studio di Medicina dello Sport in una struttura sportiva (palestra, piscina ecc.) se non rispetta le norme di legge relative (DPR 22.7.1996, art. 22, comma 4: lo studio di medicina dello sport situato in una struttura sportiva, deve avere ingresso indipendente e deve essere completamente eliminata ogni comunicazione tra le due strutture ...).

Il costo della visita è imposto dalla legge, può variare nelle diverse regioni e nel Lazio, ad esempio, corrisponde ad **€ 26 per gli atleti fino a 18 anni di età e ad € 37 per i maggiorenni**; tali importi sono fissi nelle strutture pubbliche (ASL ecc.) e sono invece da considerare come **tariffa minima applicabile in quelle private (non ci sono comunque Regioni che applicano un costo minimo inferiore a quello riportato)**.

Al termine della visita lo specialista rilascia una certificazione che può essere di:

- 1. IDONEITA'**, in caso di assenza di controindicazioni alla pratica sportiva specifica.
- 2. NON IDONEITA'**, in caso di presenza di controindicazioni assolute o temporanee alla pratica sportiva specifica (la non idoneità deve essere comunicata dallo specialista alla ASL di appartenenza dello studio, alla Regione, alla federazione sportiva ed alla società dell'atleta, oltre, ovviamente, all'atleta stesso).
- 3. SOSPENSIONE**, se sono ritenuti necessari ulteriori accertamenti strumentali per la formulazione del giudizio (anche in questo caso, trascorsi 60 giorni dalla richiesta di accertamenti e in caso di omessa consegna degli stessi, la sospensione deve essere comunicata alla ASL di appartenenza dello studio, alla Regione, alla federazione sportiva ed alla società dell'atleta).

In caso di giudizio di NON IDONEITA', l'atleta entro 30 giorni può fare ricorso alla commissione regionale all'uopo istituita.

**Lo specialista a completamento dell'iter esecutivo e burocratico, deve inviare alla ASL di appartenenza dello studio, ogni 6 mesi, l'elenco delle visite effettuate.**

A questo punto è opportuno ricordare che alcune alterazioni riscontrabili soprattutto in età giovanile (atteggiamenti scoliotici o scoliosi, patologie del piede e/o del ginocchio, eccessi ponderali di grado diverso e cattiva igiene alimentare ...), se non adeguatamente curate, sono alla base di innumerevoli patologie dell'età adulta (artrosi, obesità, diabete, ipertensione, cardiopatie ...), causa non solo di diminuzione dello stato di salute dell'individuo, ma anche di costi a carico della comunità, sia come interventi del sistema sanitario sia come giorni di lavoro persi.

**Non sottovalutiamo quindi la visita dello specialista in medicina dello sport e pretendiamo che essa venga effettuata nei tempi e con le modalità previste dalla legge.**

**MODELLO 1**

**RICHIESTA VISITA MEDICA PER IDONEITA' ALLO SPORT  
AGONISTICO [] - NON AGONISTICO []**

(D.M. 18/2/1982; Circ. Min. Sanità 31/1/1983; Circ. n. 31 Regione Lazio 27/7/1999)

**LA SOCIETA' SPORTIVA** .....  
Sede Sociale: Via.....  
N°..... Città ..... C.A.P. ....  
Telefono.....Fax.....  
Codice Fiscale Società Sportiva .....  
Codice Affiliazione Federale.....

**CHIEDE Visita Medico Sportiva per IDONEITA' SPORTIVA ALLA PRATICA  
AGONISTICA o - NON AGONISTICA o**

**DELLO SPORT** .....

**Per l'ATLETA:**

COGNOME.....NOME.....  
Nato a ..... il .....  
Residente in ..... C.A.P. ....  
Via ..... N° .....  
Telefono .....

TIMBRO E FIRMA DEL RESPONSABILE DELLA SOCIETA' SPORTIVA

Data .....

**MODELLO 2**

Il sottoscritto ..... (esercente la patria potestà sul  
minore ..... dà il consenso alla pratica della  
specifica disciplina sportiva agonistica e) dà il consenso alla effettuazione dei relativi  
accertamenti di idoneità.

Firma.....

**IO SOTTOSCRITTO DICHIARO DI AVERE INFORMATO ESATTAMENTE IL MEDICO  
DELLE MIE ATTUALI CONDIZIONI PSICO-FISICHE, DELLE AFFEZIONI PRECEDENTI E  
DI NON ESSERE MAI STATO DICHIARATO NON IDONEO IN PRECEDENTI VISITE  
MEDICO-SPORTIVE DI LEGGE. INOLTRE MI IMPEGNO A NON FARE USO DI DROGHE  
RICONOSCIUTE ILLEGALI E DO ATTO DI ESSERE STATO INFORMATO DEI PERICOLI  
DERIVANTI DAL FUMO DI TABACCO E DALL'USO DI ALCOOL.  
ESPRIMO INOLTRE, AI SENSI DELLA LEGGE SULLA PRIVACY N. 675/96, IL  
CONSENSO A TRATTARE I MIEI DATI, PERSONALI E SENSIBILI, PER LE FINALITÀ  
CONNESSE ALLA MIA RICHIESTA DI IDONEITÀ ALLA PRATICA SPORTIVA  
AGONISTICA, SECONDO LE MODALITÀ DI CUI ALLA SPECIFICA NORMATIVA IN  
MATERIA.**

Firma del dichiarante o (per i minori) dell'esercente la patria potestà

Data \_\_\_\_\_

