

MEDICINA DELLO SPORT

Curarsi con l'attività fisica

Visite e controlli adatti a ogni età e condizione



Aut. sanitaria n. PG6592 del 01/03/04

La medicina dello sport è uno dei fiori all'occhiello del Centro medico polispecialistico Olympus, aperto nell'ex quartiere Anic a Ravenna, dal 23 dicembre 2003. La storia della struttura, infatti, è legata ai disastri di alcuni sportivi che - alla soglia delle Olimpiadi - avevano incontrato difficoltà nel risolvere alcune problematiche fisiche rivolgendosi a un unico interlocutore e che, quindi, desideravano creare un centro in grado di soddisfare le esigenze degli atleti a 360 gradi. I valori più nobili dello sport, quelli della solidarietà, dell'onestà e della lealtà, sono stati estesi e fatti propri da Olympus. Il direttore sanitario, Pierluigi Fiorella (specialista in Medicina dello sport e cardiologia, nonché medico della nazionale di atletica leggera), ha illustrato l'importanza e le caratteristiche della prevenzione in ambito sportivo.

Qual è l'età media di chi fa sport?

«L'età media di chi pratica attività sportiva si è alzata considerevolmente in questi ultimi anni, se si considera che oltre il 50 per cento di chi fa sport ha più di quarant'anni. Una corretta e regolare attività fisica è fondamentale per la salvaguardia della nostra salute, ma occorre prestare attenzione perché le persone non più giovanissime sottovalutano i rischi legati al naturale invecchiamento».

Quanto conta la prevenzione e qual è il ruolo della medicina sportiva?

«La prevenzione è fondamentale a qualsiasi livello per scongiurare gravi rischi per la propria salute. In quest'ottica, la medicina sportiva esercita una funzione preziosa perché è la sola che consente di fare prevenzione di massa nei confronti di chi fa sport.

Per i più giovani poi, si tratta dell'unica visita completa una volta terminato il ciclo di controlli obbligatori dal pediatra. Per fortuna, la regione Emilia Romagna è particolarmente attenta ai giovani, in quanto consente la visita medica sportiva, obbligatoria per legge, gratuita per gli under 18 nelle strutture pubbliche».

Come cambia la prevenzione in base all'età del soggetto che svolge attività sportiva?

«Le fasce d'età da prendere in considerazione sono fondamentalmente due: la prima è costituita dagli adolescenti e dai giovani di 20-30 anni, per la prevenzione di patologie genetiche o semiconosciute, mentre la seconda dagli over 40, per la prevenzione di malattie legate all'avanzamento dell'età (diabete,



ipertensione, cardiopatie ischemiche, etc). Diversamente da come si sarebbe portati a pensare, l'agonismo coinvolge entrambe le fasce d'età: i giovani puntano soprattutto al miglioramento della prestazione sportiva, gli adulti partecipano alle gare riservate alla categoria master (dai 40 anni in poi) anche a livello internazionale, andando ben oltre il semplice passatempo. Basti pensare che abbiamo diversi clienti ultrasettantenni che ancora praticano sport».

Come si svolge la visita medica sportiva?

«Si inizia con una visita clinica generale ed un'indagine anamnestica per valutare la familiarità di

determinate patologie. Si prosegue con la spirometria, un esame che consente di accertare lo stato di salute dell'apparato respiratorio e di rilevare forme di asma, anche silente. Il momento clou è però rappresentato dall'elettrocardiogramma a riposo e dal test sotto sforzo con monitoraggio elettrocardiografico. Si tratta dell'esame più importante, volto a valutare l'efficienza del sistema cardiovascolare. Infatti i dati della letteratura internazionale evidenziano come circa il 90 per cento delle problematiche sono proprio legate a patologie cardiovascolari. Grazie alla legislazione vigente in Italia, la morte improvvisa legata alla cardiomiopatia ipertrofica nel-

Un momento della visita medica sportiva. Foto di Biserni.

la popolazione sportiva è quasi assente, mentre negli Stati Uniti dove non vi è l'obbligo dell'idoneità sportiva, rappresenta la prima causa di morte».

Quali sono gli sport che implicano un grado di rischio maggiore e che, quindi, richiedono controlli ancora più accurati?

«Certamente non tutti gli sport presentano uno stesso margine di rischio. Penso, per esempio, alle immersioni subacquee: oltre a una visita sportiva di routine, è necessaria una valutazione dell'apparato otorino-laringoiatrico. Per tutti gli sport di velocità, tra cui l'automobilismo, è consigliabile invece sottoporsi a visita neurologica. Diversamente, gli sport a basso impegno cardiovascolare (come golf, trekking, bocce, sport di tiro, etc.) consentono una maggiore tranquillità a qualsiasi età».

Qual è l'ultima "frontiera" della medicina dello sport?

«Senza dubbio, lo sport-terapia. Per numerosi soggetti, infatti, lo sport può avere un valore per così dire "farmacologico". È questo il caso di persone sovrappeso/obese, ipertesi e infartuati che possono trarre un grande beneficio da programmi personalizzati di attività fisica. Nell'ipertensione e nel diabete ad esempio, un'attività fisica programmata può addirittura determinare gli stessi effetti positivi della terapia farmacologica. Questa è decisamente la nuova "frontiera" della medicina dello sport e il centro Olympus è da sempre attivo in tale direzione».

Centro Medico Olympus
via Lago di Como 25
0544 456766
www.olympus.ra.it