

# REVISIONS MÈDIQUES, OBLIGADES I NECESSÀRIES

1 setembre, 2017



Les revisions mèdiques esportives no han de ser considerades com un tràmit per obtenir el certificat d'un metge esportiu que ens doni la possibilitat de federar-nos. Els experts en medicina esportiva consideren que tot esportista, nen, jove, adult, amateur o professional, s'ha de convèncer de que una valoració medico esportiva donarà una informació molt valuosa del seu estat de salut. A més a més, consideren que és fonamental la obligatorietat de revisions sanitàries a l'iniciar-se en l'exercici físic o recuperar l'activitat després d'una temporada.

## Què és un examen mèdic esportiu (revisió mèdica)?

Els exàmens mèdics esportius, coneguts com revisions mèdiques esportives, ajuden a determinar si és o no segur que una persona practiqui un determinat esport, en el nostre cas el futbol. Són necessaris, com hem dit abans, a l'iniciar una pràctica esportiva i a l'iniciar cada nova temporada.

Tot reconeixement mèdic consta de dues parts: la història mèdica i l'exploració física.

### Història mèdica:

Aquesta part del reconeixement inclou preguntes sobre:

- Malalties greus que pateixen altres membres de la teva família.
- Malalties que has tingut quan eres més petit o si pateixes alguna en l'actualitat, com per exemple, asma, la diabetis o l'epilèpsia.

- Hospitalitzacions o intervencions quirúrgiques a que has estat sotmès prèviament.
- Al·lèrgies (per exemple, a les picadures d'insectes,...)
- Lesions prèvies (incloent commocions cerebrals, esquinços o fractures).
- Si has patit algun desmai o mareig, t'ha fet mal el pit o has tingut dificultats per respirar mentre has fet exercici.
- Qualsevol medicament que prenguis (incloent els fàrmacs que venen con o sense recepta mèdica, suplementes alimentaris i plantes medicinals)

Fixar-se en els tipus de malalties que predominen en la teva família ajudarà a orientar al mèdic sobre les possibles afeccions que podries patir. La majoria dels metges especialitzats en medicina esportiva consideren que els antecedents mèdics són la part més important del reconeixement mèdic esportiu. En línies generals, és molt improbable que alguna de les afeccions mèdiques que puguis patir t'impedeixin fer esport completament.

És important respondre el millor que puguis. Evitar inventar-se respostes o contestar el que creguis que vol escoltar el metge.

### **Exploració física:**

Dintre d'aquesta exploració, els cardiòlegs creuen necessari un electrocardiograma per veure el funcionament del cor, per evitar complicacions tant summament greus com la mort sobtada dins els camps de futbol. És una prova molt senzilla que pot salvar una vida, i això, no té preu.