

# LES REVISIONS MÈDIQUES NO SÓN UN PUR TRÀMIT PER PODER JUGAR AL FUTBOL FEDERAT

22 agost, 2018



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 i poder competir amb el nostre equip. Des de la **Mutualitat Catalana de Futbolistes**, considerem que tot esportista, nen, jove, adult, amateur o professional, ha de tenir clar que una valoració mèdica esportiva li donarà una informació molt valuosa del seu estat de salut per a la pràctica esportiva. A més a més, és fonamental la obligatorietat de revisions sanitàries cada dos anys i a l'iniciar-se en l'exercici físic.

## 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 cada dos anys. Tot reconeixement mèdic, per regla general, consta de diverses parts: la història mèdica, exploració física, exploració aparell locomotor, podoscòpia estàtica, mesures antropomètriques bàsiques, i un electrocardiograma.

### **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 llarg del teu historial clínic.
- 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. Molt important si a la teva família hi ha antecedents de patologies del cor, moltes vegades hereditàries, que comportarien un estudi mol més concret per evitar episodis de "mort sobtada". 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, sense ocultar cap problema mèdic. Evitar inventar-se respostes o contestar el que creguis que vol escoltar el metge. Els metges estan per ajudar-te, no per tafanejar.

### **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.

### **Exploració aparell locomotor:**

Una exploració detallada de les articulacions i de l'aparell muscular.

### **Podoscòpia estàtica:**

Valoració de les petjades del peu, la planta del peu, la trepitjada...

### **Mesures antropomètriques bàsiques:**

Talla, pes, índex de la massa muscular, i greix corporal.

### **Electrocardiograma:**

Proba que registra l'activitat elèctrica del cor. Amb aquesta important prova es pot veure si l'esportista té una alteració del ritme cardíac, si fos així és fonamental que el jugador es sotmeti a proves complementaries que descartin qualsevol patologia que pogués derivar en un problema molt greu amb la pràctica esportiva.

### **Centres concertats on et faran una revisió mèdica a Catalunya:**

Per conèixer els Centres Concertats on et pots fer la revisió mèdiques hauràs d'anar a la pàgina web de la **Federació Catalana de Futbol**, apartat **FEDERACIÓ**. Una vegada entris en aquest apartat, hauràs de clicar **RECONeixEMENT MÈDIC ESPORTIU**, què està a l'apartat **NORMATIVA**.

Allà trobaràs, el llistat de Centres Concertats a totes les províncies de Catalunya.

<http://fcf.cat/reconeixement-medic>

Si accedeixes a través de la pàgina de la Mutualitat, [www.mcf.cat](http://www.mcf.cat), hauràs d'anar a l'apartat Centres Mèdics

Concertats i clicar. S'obrirà una finestra, i hauràs de tornar a clicar a **Revisions Mèdiques**.

Per les revisions mèdiques hi ha uns Centres específics als que han arribat a un acord amb la Federació Catalana de Futbol, en cap cas són els Centres Concertats per la Mutualitat Catalana de Futbolistes.

### **Validesa del reconeixement mèdic:**

La validesa del reconeixement mèdic és de dos anys. Recordem que els federats que s'inscriguin per primera vegada hauran de tenir el reconeixement mèdic superat per poder obtenir la llicència federativa.

### **Fins quan hi ha temps per presentar el reconeixement mèdic:**

En federats de segona inscripció i successives que hagin de renovar el reconeixement mèdic, hauran d'haver concertat la revisió mèdica abans d'1 de desembre de 2018 per poder tramitar la seva llicència.