

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

L'importanza della prevenzione nello sport

divisionebusiness · Monday, July 5th, 2021

La prevenzione è un fattore fondamentale nello sport, così come nella vita di tutti i giorni. Le immagini del campione danese **Christian Eriksen**, colpito da arresto cardiaco durante il match **Danimarca-Finlandia** ad **Euro 2020**, hanno fatto il giro del mondo e ci mettono di fronte all'esigenza di intensificare i controlli medici per gli atleti e per chi pratica sport in generale. Il centrocampista dell'Inter per fortuna è stato salvato dal tempestivo intervento in campo di **Kjaer** e dei sanitari che lo hanno rianimato prima di trasportarlo in ospedale, dove gli è stato impiantato un **defibrillatore cardiaco** che entrerà in funzione automaticamente in caso di aritmie cardiache.

Il nostro Paese ha regole molto rigide per quanto riguarda l'idoneità sportiva, ma molto si può ancora fare per prevenire situazioni drammatiche come accaduto, ad esempio, al centrocampista del Livorno **Piermario Morosini**, morto in campo nel 2012 durante un match di **Serie B** tra **Pescara e Livorno**.

L'idoneità agonistica

Gli atleti che praticano un'attività sportiva a livello agonistico devono per legge sottoporsi ad una **visita medica approfondita** che, mediante una serie di esami clinici approfonditi, ne certifica l'idoneità alla pratica di un determinato sport.

La visita specialistica si articola in diversi punti, a partire dall'anamnesi dell'atleta con la valutazione delle eventuali patologie dei suoi consanguinei. Oltre al rilevamento dei dati antropometrici, all'esame generico della vista ed alla visita clinica con ascoltazione toracica, uno dei momenti più importanti riguarda l'utilizzo di due strumenti fondamentali per conoscere lo stato di salute del cuore dello sportivo: **elettrocardiografo ed holter ecg**.

Grazie agli elettrocardiografi è possibile ottenere un elettrocardiogramma a riposo ed uno durante e post sforzo eseguito con lo step test. Si tratta di uno strumento utilissimo per tracciare un quadro chiaro del sistema cardiaco ed in grado di rilevare eventuali patologie a carico del nostro cuore.

È un esame non invasivo ma fondamentale per controllare la conformazione ed il corretto funzionamento del cuore.

Come si esegue l'elettrocardiogramma

Durante la visita per l'idoneità sportiva il medico dello sport applica degli elettrodi al petto del paziente grazie ai quali, attraverso il tracciato fornito dall'**elettrocardiografo**, è possibile

identificare eventuali anomalie cardiovascolari. In genere il test viene eseguito con gradualità attraverso l'incremento della resistenza dei pedali oppure attraverso la velocità della pedana mobile, fino a raggiungere un valore di frequenza cardiaca specifico che varia in base al peso ed all'età de soggetto.

L'Holter ECG

Altro strumento fondamentale per la prevenzione è l'**Holter ECG**. Si tratta di uno strumento che generalmente viene utilizzato per monitorare costantemente il ritmo e l'attività elettrica del cuore per un arco di tempo che va dalle 24 alle 48 ore. Nella visita per l'idoneità sportiva viene utilizzato negli atleti che hanno riferito alcuni sintomi da non sottovalutare durante la visita medico sportiva di idoneità agonistica. L'holter cardiaco funziona attraverso l'impiego di un elettrocardiografo portatile a batteria che monitora la funzione cardiaca durante le normali attività quotidiane, comprese le attività sportive.

La spirometria

L'esame per l'idoneità sportiva si chiude generalmente con la spirometria che valuta il corretto funzionamento dell'apparato respiratorio. Grazie a questo esame, infatti, è possibile misurare quanta aria contengono i nostri polmoni e come quest'aria si muove attraverso i bronchi. Solo dopo aver superato tutti i vari step che riguardano la visita medica si può ottenere il certificato di idoneità sportiva.

This entry was posted on Monday, July 5th, 2021 at 6:58 am and is filed under [Altre news](#), [Scuola](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.