



Les revisions mèdiques no són un pur tràmit per poder jugar a futbol federat

MUTUALITAT FCF | 22/08/2018

Les valoracions mèdico-esportives aporten una informació fonamental per conèixer l'estat de salut dels jugadors de cara a la pràctica esportiva.



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 mèdico-esportiva li donarà una informació molt valuosa del seu estat de salut per a la pràctica esportiva. A més a més, és fonamental l'obligatorietat de revisions sanitàries cada dos anys, i a l'iniciar-se en l'exercici físic.

Què és un examen mèdic esportiu?



Els exàmens mèdics esportius, coneguts com a 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 en començar una pràctica esportiva i a l'iniciar cada nova temporada. Tot reconeixement mèdic consta de diverses parts: la història mèdica, exploració física, exploració aparell locomotor, podoscòpia estàtica, mesures antropomètriques bàsiques i un electrocardiograma.

La 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 l'asma, la diabetis o l'epilèpsia.
- Hospitalitzacions o intervencions quirúrgiques a les quals has estat sotmès prèviament al llarg del teu historial clínic.
- Al·lèrgies (per exemple, a les picadures d'insectes, etc.)
- Lesions prèvies (incloent-hi 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-hi els fàrmacs que venen amb o sense recepta mèdica, suplementos alimentaris i plantes medicinals).

Fixar-se en els tipus de malalties que predominen en la teva família ajudarà a orientar al metge 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 cregueis que vol escoltar el metge. Els metges estan per ajudar-te, no per tafanejar.

L'exploració física

Dintre d'aquesta exploració, els cardiòlegs creuen necessari un electrocardiograma per veure el funcionament del cor, per evitar complicacions tan 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.

L'exploració de l'aparell locomotor

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

La podoscòpia estàtica

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

Mesures antropomètriques bàsiques

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



L'electrocardiograma

Prova 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 se sotmeti a proves complementàries 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 mèdica, hauràs d'anar **AQUÍ**.

Per les revisions mèdiques hi ha uns Centres específics que han arribat a un acord amb la Federació Catalana de Futbol.

Validesa del reconeixement mèdic

La validesa del reconeixement mèdic és de dos anys. Recordem que els federats que s'inscriuin 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?

Els federats de segona inscripció i successives que hagin de renovar el reconeixement mèdic cal que concertin la revisió mèdica abans del dia 1 de desembre de 2018, per poder tramitar la seva llicència.