



La Sicurezza in “10 Punti”

Andrea Argiolas

Centro Studi Ricerca e Formazione FICK

Seminario Aggiornamento

Allenatori – Istruttori

Atleti Nazionali

Castel Gandolfo 16.11.2013

1° - Ricognizione delle risorse

“Non tutto può farsi dappertutto”

- Umane e Materiali e Previdenziali (assicurative)
- Ogni società ha uomini, materiali, strutture e ambienti naturali diversi
- L'importante è averne **consapevolezza**





2° - Certificazioni Mediche

Norme che regolamentano l'attività sportiva

- **Per l'attività sportiva agonistica** attualmente è ancora in vigore il Decreto Ministeriale del **18 febbraio 1982**
- Quella amatoriale ludico-motoria e non agonistica è stata recentemente riformata dal Decreto Ministeriale **del 24 aprile 2013** e dall'**art. 42-bis della Legge 09/08/2013 n. 98**. E meglio precisata con una nota di chiarimenti ufficiale del Ministero della Salute del **11/09/2013**.

2° - Certificazioni Mediche

Le tipologie di attività sono tre, in ordine crescente di impegno psico-fisico:

- L'attività ludico-motoria/amatoriale;
- L'attività sportiva non agonistica;
- L'attività sportiva agonistica.



2° - Certificazioni Mediche

Attività ludico-motorie -amatoriale

Le attività ludico - motoria - amatoriale è quella praticata da soggetti non iscritti presso società sportive o enti di promozione sportiva e finalizzata al raggiungimento e al mantenimento del benessere psico-fisico della



Quando queste attività sono praticate da soggetti che le svolgono presso società sportive affiliate alle Federazioni nazionali, si ricade nell'attività sportiva vera e propria che può essere di tipo agonistico o non agonistico a seconda dell'impegno psico-fisico richiesto. L'attività ludico-motoria/amatoriale non richiede alcuna certificazione medica e quindi può essere svolta in forma libera.

In ogni caso, pur non essendovi nessun obbligo di certificazione medica, il cittadino può certamente chiedere un consiglio al proprio medico sull'attività che intende intraprendere.

2° - Certificazioni Mediche

Attività sportiva non agonistica

Il Decreto Ministeriale 24/04/2013 considera attività sportiva non agonistica quella praticata dai seguenti soggetti:

- **Alunni che svolgono attività sportiva organizzata dalle scuole nell'ambito delle attività parascolastiche in orario extra-curriculare;**
- **Studenti che partecipano ai Giochi della Gioventù nelle fasi precedenti a quella nazionale;**
- **Tutti coloro che svolgono attività organizzate dal CONI, da società sportive affiliate alle Federazioni sportive nazionali, agli enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI, che però non siano considerati atleti agonisti.**



2° - Certificazioni Mediche

Attività sportiva non agonistica

- **E' obbligatorio il certificato medico.**
Prima del rilascio del certificato, il medico, a seconda del suo giudizio clinico, può sottoporre il paziente ad un elettrocardiogramma.
In caso di sospetto diagnostico o in presenza di patologie croniche o conclamate, il medico certificatore può avvalersi, secondo il suo giudizio clinico, della consulenza di un medico sportivo o di un altro collega specialista nella specifica branca.
- **Chi può rilasciare il certificato per attività non agonistica?**
I medici specialisti in medicina dello sport presso gli ambulatori delle ASL o presso i centri privati autorizzati e i medici di medicina generale e i pediatri, limitatamente ai propri assistiti.
- Il Certificato ha validità per 1 anno dalla data del rilascio.

<http://www.ordine-medici-firenze.it/index.php/faq/70-attivita-sportiva>

2° - Certificazioni Mediche

Attività sportiva non agonistica

- **Esistono alcune attività fisiche specifiche che impongono una particolare attenzione clinica?**
Sì, quando un soggetto non tesserato ad una società sportiva partecipa a manifestazioni di “particolare ed elevato impegno cardiovascolare” patrocinate da società sportive.
Ad esempio: manifestazioni podistiche di lunghezza superiore ai 20 km, gran fondo di ciclismo, di nuoto, di sci di fondo o altre tipologie analoghe. In questi casi, il controllo medico deve necessariamente comprendere, oltre alla rilevazione della pressione arteriosa, un elettrocardiogramma basale, uno step test o un test ergometrico con monitoraggio dell’attività cardiaca e altri eventuali accertamenti ritenuti utili e opportuni a giudizio del medico.
- **Quali medici possono rilasciare questo tipo di certificato?**
I medici specialisti in medicina dello sport presso gli ambulatori della ASL o i centri privati autorizzati o i medici di medicina generale e pediatri, limitatamente ai propri assistiti.

[Da <http://www.ordine-medici-firenze.it/index.php/faq/70-attivita-sportiva>](http://www.ordine-medici-firenze.it/index.php/faq/70-attivita-sportiva)

2° - Certificazioni Mediche

Nota del Ministero della Salute

- [legge 98 del 9 agosto 2013](#) in merito alla certificazione sportiva non agonistica e a quella per l'attività ludico motoria amatoriale, il Ministero della salute in una [nota](#) alla Federazione italiana medici di famiglia conferma l'abolizione dei certificati per attività ludico motoria - amatoriale e dei conseguenti accertamenti diagnostici richiesti dalla normativa abrogata. Rimane l'obbligo della certificazione per l'attività sportiva non agonistica che si intende solo riferita alle attività sportive parascolastiche e a quelle appartenenti a Federazioni nazionali sportive che fanno capo al Coni. L'esecuzione di ulteriori accertamenti, come l'elettrocardiogramma, per la valutazione clinica delle condizioni del paziente rimane alla discrezionalità professionale del medico certificatore.



2° - Certificazioni Mediche

L'attività agonistica

L'attività agonistica è quella praticata continuativamente, sistematicamente ed esclusivamente in forme organizzate dalle Federazioni sportive nazionali, dagli enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI e dal Ministero dell'Istruzione, per quanto riguarda i Giochi della Gioventù a livello nazionale. Tale attività ha lo scopo di conseguire prestazioni sportive di elevato livello.

La qualificazione sportiva agonistica, anche in base ai limiti di età, è stabilita da ogni singola Federazione sportiva e dagli enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI.





2° - Certificazioni Mediche

La richiesta d'idoneità sportiva agonistica

- La richiesta deve provenire dalla società sportiva e deve essere redatta secondo il modulo regionale. L'atleta si deve presentare al centro di medicina dello sport con tale richiesta e con il suo libretto sanitario sportivo.
- E' il libretto strettamente personale sul quale devono essere annotati i dati dell'atleta e gli estremi delle visite medico - sportive superate. E' un documento indispensabile per l'attività sportiva agonistica, che ogni atleta deve possedere e che deve essere esibito in occasione delle visite medico - sportive.



2° - Certificazioni Mediche

il certificato di idoneità all'attività Agonistica

- **Esclusivamente i medici specialisti in medicina dello sport presso i centri pubblici o privati accreditati possono rilasciare certificati di idoneità agonistica .**
- **Nel caso di atleti minorenni, serve il consenso dei genitori
che al momento della visita deve essere presente almeno un genitore.**
- **Di norma ha validità di un anno dalla sua emissione, salvo che per alcuni sport per il quale vale due anni (ad esempio per le bocce, il golf).**

3° - La conduzione degli allenamenti

- Prescindendo dagli aspetti organizzativi in capo alle società (visite mediche, conformità degli impianti sportivi in uso, ecc), il Tecnico qualificato almeno al 2° Livello (Istruttore) sovrintende agli aspetti tecnici, metodologici, organizzativi e di sicurezza
- I Minori dovranno sempre svolgere le attività sotto la presenza e il controllo diretto di un tecnico qualificato almeno nel primo livello (tecnico di base), operante dentro un organizzazione comunque diretta almeno da un Istruttore.



4° - La Comunicazione

- **Verbale - spiegare i Rischi**
- **Non Verbale - esempio**
- **Formale - Avvisi in bacheca e Predisporre Regolamento (affisso o consegnato a tutti i soci)**
- **Numeri di telefono (Ambulanze, Guardia Costiera ecc..)**

5° - I materiali

- Canoe efficienti ed inaffondabili, adeguate alle caratteristiche fisiche, tecniche dell'Atleta
- Abbigliamento adeguato alla stagione
- Uso del salvagente, paddle float



6° - Mezzi e/o Sistemi di assistenza

In gara e Allenamento

- La dislocazione in gara dei mezzi di soccorso
- L'uso del Motoscafo (perizia e protezioni)

Altri sistemi:

- In Canoa
- Da terra (Bicicletta, sul pontile, ecc..)



7° - Accorgimenti generali

- Rispetto delle disposizioni emanate dalle autorità competenti (leggi, ordinanze, divieti, autorizzazioni..)
- Dove andare, in relazione al clima, alla tipologia del campo di allenamento (specchi d'acqua)
- Verificare le possibilità di Approdi e il loro dislocamento



8° - Le modalità di recupero e/o Soccorso in acqua



9° - Dimostrare provare e far provare

- Prevedere e svolgere qualche lezione teorica ma soprattutto pratica.....



10° - Le dotazioni di primo soccorso

La cassetta

Testo Unico Salute e Sicurezza sul Lavoro (Decreto Legge n. 81/08)

- 5 paia di guanti sterili monouso;
- 1 visiera paraschizzi;
- 1 flacone da un litro di soluzione cutanea di iodopovidone al 10% di iodio;
- 3 flaconi da 500 ml di soluzione fisiologica (sodio cloruro – 0,9%);
- 10 compresse di garza sterile 10x10 in buste singole;
- 2 compresse di garza sterile 18x40 in buste singole;
- 2 teli sterili monouso;
- 2 pinzette da medicazione sterili monouso;
- 1 confezione di rete elastica di misura media;
- 1 confezione di cotone idrofilo;
- 2 rotoli di cerotto alto 2,5 cm;
- 2 confezioni di cerotti di varie misure pronti all'uso;
- 1 paio di forbici;
- 3 lacci emostatici;
- 2 confezioni di ghiaccio pronto uso;
- 2 sacchetti monouso per la raccolta di rifiuti sanitari;
- 1 termometro;
- 1 apparecchio per la misurazione della pressione arteriosa;
- l'inclusione, nella cassetta di sicurezza di cui sopra, di una copia della planimetria della struttura e dei numeri telefonici per le emergenze;
- la consegna dei Dispositivi di Protezione Individuale qualora necessari.

10° - Le dotazioni di primo soccorso

- **Avere anche altre sostanze e alimenti (coperta termica, zuccheri, acqua, bevanda calda, ghiaccio, ecc..)**



A.Argiolas-Centro Studi FICK