



CONGRESSO DO DESPORTO



DESPORTO SAUDE E SEGURANÇA



MEDICINA DESPORTIVA

PRESSUPOSTOS



- Não temos médicos com formação/especialidade em medicina desportiva para assegurar uma cobertura médico desportiva do país com eficácia e qualidade. (*A medicina desportiva não é o exame de aptidão médico desportivo*)
- Não temos estruturas capazes para responder com eficácia ao desporto de mais alto nível.



MEDICINA DESPORTIVA

▪ O QUE TEMOS?

- Centros de Medicina desportiva desarticulados que funcionam em part-time e não respondem às necessidades dos atletas e das federações.
- Especialistas sem carreira que fazem medicina desportiva nas horas vagas.
- Pós graduação com alguma qualidade mas sem consequências
- Paramédicos sem formação específica
- Obrigatoriedade de avaliação de todos os atletas e acompanhamento de atletas de alta competição



MEDICINA DESPORTIVA

O QUE SE EXIGE AOS CMDs – DL 96/2003 DE 7 DE MAIO

- a) Colaborar na definição e no aperfeiçoamento de critérios de aptidão para a prática desportiva, bem como realizar exames de aptidão e de classificação, sempre que solicitados;
- b) Propor a celebração de acordos com unidades de saúde com vista à descentralização da avaliação das condições físicas dos praticantes, montando progressivamente unidades médico-desportivas;
- c) Cooperar com entidades públicas e privadas, nacionais e estrangeiras, na solução de problemas de ordem médica, assistencial, social e educativa na protecção da pessoa que pratica desporto;
- d) Apoiar o processo de detecção e selecção de talentos para a prática desportiva;
- e) Apoiar e avaliar o treino dos praticantes desportivos federados das diferentes modalidades, quando em regime de alta competição;
- f) Colaborar e prestar apoio no acompanhamento, tratamento e recuperação dos praticantes desportivos de alta competição;
- g) Colaborar na formação dos técnicos desportivos, nos termos definidos por despacho do membro do Governo que tutela a área do desporto;
- h) Facultar a frequência de estágios de aperfeiçoamento nas diferentes áreas da medicina desportiva;
- i) Colaborar com a Ordem dos Médicos no processo de credenciação especial em medicina desportiva;
- j) Desenvolver campanhas promocionais e informativas, tendo em vista a prática do exercício desportivo regular, nas suas mais variadas expressões;
- l) Criar programas de prevenção de lesões em pessoas que pratiquem desporto, para que o desenvolvimento da actividade física seja aproveitado da melhor forma.





MEDICINA DESPORTIVA



- O QUE SE FEZ
- NADA



MEDICINA DESPORTIVA



- O QUE É NECESSÁRIO FAZER
 - DEFINIR MISSÃO DOS CMDs
 - CENTROS DE EXCELÊNCIA VOCACIONADOS PARA SERVIR AO MAIS ALTO NÍVEL DANDO RESPOSTA AOS ATLETAS E FEDERAÇÕES?
 - Quadros médicos e técnicos a tempo inteiro
 - Formação continua de quadros
 - Equipamentos capazes
 - Diálogo permanente com atletas e federações
 - Voltados para fora no conhecimento e acompanhamento de atletas e federações
 - Definição e avaliação de estratégias em função dos objectivos



MEDICINA DESPORTIVA

▪ O QUE É NECESSÁRIO FAZER

▪ DEFINIR MISSÃO DOS CMDs

- CENTROS VOCACIONADOS PARA REALIZAÇÃO DE EXAMES DE APTIDÃO MÉDICO DESPORTIVOS A TODOS OS ATLETAS?
- Estrutura pesada
- Impossibilidade de uma resposta personalizada às federações e atletas
- maior número de cmds descentralizados
- Rastreio de massas com estratégias de saúde pública definidas



MEDICINA DESPORTIVA

A MINHA OPÇÃO

▪ CENTROS DE EXCELÊNCIA VOCACIONADOS PARA SERVIR AO MAIS ALTO NÍVEL DANDO RESPOSTA AOS ATLETAS E FEDERAÇÕES?

- Permite em colaboração com as federações saber quanto valem e o que podemos otimizar
- Investigação de forma a potencializar resultados
- Formação de médicos e técnicos que poderão ser uma mais valia para as federações, clubes e atletas em articulação com os CMDs.
- Centros de referência para organismos públicos e privados.
- Estabelecer recomendações para todos os médicos e técnicos que trabalham na medicina desportiva
- Avaliação crítica dos resultados



MEDICINA DESPORTIVA



- **ORGULHOSAMENTE SÓ OU BEM ACOMPANHADA?**
 - Fundamental as parcerias na área da saúde e educação para potencialização de recursos existentes evitando a duplicação não rentável
 - Diálogo com federações e atletas para conhecimento das necessidades e resposta adequada.
- **ACABAR COM AS QUINTAS – UM PAÍS UMA ESTRATÉGIA COMUM**



MEDICINA DESPORTIVA



- **EXAME DE APTIDÃO MÉDICO DESPORTIVO**
- **OBJECTIVO**
 - Avaliar se o atleta tem condições de saúde para a prática de determinada modalidade.
 - Aconselhamento do tipo de actividade física em função do seu estado de saúde
 - Recomendações para uma prática saudável



MEDICINA DESPORTIVA

ESTRATÉGIAS

▪ EXAME DE APTIDÃO MÉDICO DESPORTIVO

▪ A quem se destina ?

- Obrigatório para todos os atletas em que a actividade desenvolvida possa ser um risco acrescido para o desenvolvimento ou agravamento de doenças.
- Recomendado a todos os que querem iniciar actividade física de forma a obter benefícios para a saúde ou pratiquem uma modalidade cuja actividade desenvolvida não constitui um risco acrescido para a saúde.



MEDICINA DESPORTIVA

ESTRATÉGIAS

▪ EXAME DE APTIDÃO MÉDICO DESPORTIVO

▪ Quem o pode realizar?

- Teoricamente todos os médicos
- Preferencialmente quem tenha preparação específica
- Investir na formação



MEDICINA DESPORTIVA

ESTRATÉGIAS

▪ EXAME DE APTIDÃO MÉDICO DESPORTIVO

- Quando o deve realizar?
- Idealmente antes de iniciar a época desportiva.
- Impossibilidade de realizar 400.000 exames em 3 meses.
- Distribuir os exames ao longo da época



MEDICINA DESPORTIVA

ESTRATÉGIAS

▪ EXAME DE APTIDÃO MÉDICO DESPORTIVO

- Com que periodicidade?
 - Não tem que ser obrigatoriamente anual.
 - Determinada em função do estado de saúde do atleta e do tipo de actividade desenvolvida.
- Não deve ser determinada por decreto, mas pelo médico que avalia.



MEDICINA DESPORTIVA

ESTRATÉGIAS



▪ EXAME DE APTIDÃO MÉDICO DESPORTIVO

- Contraindicação ou recomendação?
 - Questão filosófica ou legal?
 - Contraindicação implica impedimento de realizar determinada actividade federada.
 - Atletas profissionais?



MEDICINA DESPORTIVA

ESTRATÉGIAS



▪ EXAME DE APTIDÃO MÉDICO DESPORTIVO

- Guidelines
 - Garantem que a decisão respeita as boas práticas previamente definidas.
 - Critérios que apoiam a decisão são idênticos em qualquer lugar onde se faça a avaliação



MEDICINA DESPORTIVA

ESTRATÉGIAS

▪ EXAME DE APTIDÃO MÉDICO DESPORTIVO

▪ Que tipo de exame?

- Deve ser realizado sempre o mesmo protocolo de exames subsidiários?



MEDICINA DESPORTIVA

ESTRATÉGIAS

▪ EXAME DE APTIDÃO MÉDICO DESPORTIVO

▪ Ficha anual ou plurianual?

- Se a mesma ficha ou caderneta do atleta o acompanhasse no seu percurso desportivo, seria uma mais valia para o examinador e para o atleta.

- Solução ideal
- Banco de dados na web





MEDICINA DESPORTIVA

ESTRATÉGIAS

▪ EXAME DE APTIDÃO MÉDICO DESPORTIVO

▪ Exames de sobreclassificação

- Os pedidos que chegam não estão em consonância com o objectivo que levou à sua criação.
- Por proposta do médico federativo para atletas que aparentemente estão a competir em escalões que não correspondem à sua idade biológica



MEDICINA DESPORTIVA

ESTRATÉGIAS

▪ APOIO MÉDICO ESPECIALIZADO

- Federações
- Clubes profissionais
- Necessidade de formação de especialistas



MEDICINA DESPORTIVA

ESTRATÉGIAS



- **DESPORTO PARA TODOS**
 - **DIMINUIÇÃO DO SEDENTARISMO NÃO SE FAZ POR DECRETO**
 - Formação de médicos de saúde familiar
 - Parcerias com instituições onde se possam desenvolver campanhas de acção e divulgação
 - Media, Autarquias, Centros de saúde, escolas, clubes, empresas, lares de idosos...



MEDICINA DESPORTIVA

ESTRATÉGIAS



- **INVESTIGAÇÃO**
 - Fundamental se queremos progredir
 - Necessário
 - Definir objectivos
 - Protocolos standartizados
 - Pessoas em full time dedicadas
 - Formação de quadros
 - Estágios em instituições de relevo
 - Parcerias entre instituições
 - Avaliação periódica de resultados



MEDICINA DESPORTIVA

ESTRATÉGIAS



- **FORMAÇÃO**
- **Médicos**
 - Especialidade
 - Competências
 - Formação contínua
 - Divulgação (Biblioteca, publicação de resumos de artigos ou opiniões, Revistas online...)
- **Técnicos**
 - Formação adequada à função



MEDICINA DESPORTIVA



- **APELO AOS PROTAGONISTAS PARA QUE UNAM ESFORÇOS EM FUNÇÃO DOS OBJECTIVOS QUE SÃO COMUNS**

OBJECTIVOS, ESTRATÉGIAS, VALORES, OPERACIONALIZAÇÃO E AVALIAÇÃO



CONGRESSO DO DESPORTO



**NO CAMINHO PARA A
QUALIDADE NÃO HÁ
LINHA DE META**

MUITO OBRIGADO