

# Preparats per fer esport

És una de les obsessions de molts estaments de l'Administració tant general com local, l'aconseguir una gran participació de la ciutadania en la pràctica esportiva. Per tal d'assolir aquesta fita és prou important la despesa econòmica i mediàtica que s'utilitza per tal de sensibilitzar a la població dels efectes positius que sobre la salut té l'activitat física. Es en aquest sentit que la Medicina de l'Esport ha d'incidir procurant establir els criteris pels quals es fa la prescripció de l'esport pels determinats grups de població, a la vegada que garanteix que l'aplicació de un programa d'exercicis es desenvolupa de la manera més adient.

Quan l'activitat física s'integra dins el marc de l'esport de competició, tot i que aquest no ultrapassi el àmbit local, la dificultat de controlar les intensitats i les incidències que la mateixa pot generar, fa obligatori que els metges estem segurs de la bondat de la seva indicació. Per tant sembla imprescindible que el subjecte que vol gaudir de l'esport, estigui realment en condicions de fer-ho, sense que aquesta distracció pugui convertir-se en una acció nociva cap al seu cos. Aquesta aptitud esportiva només la pot certificar el metge especialista en Medicina de l'Esport, i des de tots els poders públics, més tard o més d'hora es regularà la seva concessió, tant acreditant a qui la pot concedir, com protocolitzant l'examen mèdic específic per cada grup d'edat o en cadascuna de les patologies freqüents que es poden presentar.

Els propis metges de l'Esport, hem de ser els primers respectuosos amb un procés que possibilitarà que l'esport sigui una veritable eina de millora de la salut.

*Sembla imprescindible que el subjecte que vol gaudir de l'esport, estigui realment en condicions de fer-ho. Aquesta aptitud esportiva només la pot certificar el metge especialista en Medicina de l'Esport*

