

PREMESSA

Chiunque si avvicini alla pratica di un'attività fisica o sportiva, deve essere opportunamente seguito dal punto di vista medico per ottenere i massimi benefici riducendo al minimo i rischi comunque presenti. La richiesta più ovvia e frequente da parte dei soggetti interessati è quella di un "check up" medico.

Ma anche coloro che già praticano uno sport a diversi livelli si devono recare dal medico curante (di famiglia o di squadra) per periodici controlli del loro stato di salute.

Nel presente opuscolo non ci occupiamo dello sport agonistico che prevede protocolli di diagnostica preventiva orientati più agli aspetti cardiorespiratori, e pertanto più complessi.

Nelle pagine seguenti riportiamo delle indicazioni per chi **pratica sport non agonistico.**

Si Raccomanda:

di **interpellare il proprio medico di famiglia**, allo scopo di tenere sotto controllo lo stato dei pazienti sportivi o aspiranti tali. Sarà cura del medico appurare lo stato di salute e delle eventuali indagini da eseguire.

NOTE

Il dosaggio di alcuni enzimi, dell'attività muscolare in particolare CPK, CPKMB ed LDH, non sono stati considerati, poichè sebbene possono rivestire un certo interesse in questi soggetti, si tratta tuttavia di parametri molto sensibili all'attività svolta. Pertanto l'interpretazione di eventuali alterazioni va condotta con cautela.



*Diagnostica di laboratorio
a scopo preventivo
in campo sportivo*

Via Nicola Nicolini n° 39

(Ponti Rossi) - 80141 Napoli

Tel.0817514123- 087805988

Mael: info@laboratoriosangiuseppe.it

www.laboratoriosangiuseppe.it

AVVIAMENTO ALLO SPORT
DI SOGGETTI ADULTI SANI

Scopo fondamentale è quello di controllare eventuali anemie, il metabolismo azotato ed il profilo lipidico. Molti di questi parametri potrebbero essere già noti al medico curante: in questo caso la scelta degli esami potrà essere ridotta o ampliata in base al parere del medico. I controlli periodici dei parametri potrebbero essere necessari per i soggetti che presentano già di base alcune alterazioni quali dislipidemie, anemie, ecc.

ESAMI DI BASE
CONSIGLIATI
(Profilo n° 1)

Emocromo, Glicemia basale, Azotemia, Creatinemia, Uricemia Colesterolo totale, Trigliceridi, Transaminasi, Quadro proteico, Esame delle urine.

PERIODICITÀ

Annuale o superiore, a discrezione del medico.

CONTROLLO DI SPORTIVO
CHE SI ALLENA TRE O PIÙ
VOLTE PER SETTIMANA

Si tratta in genere di soggetti che tendono a richiedere spesso verifiche dello stato di salute. Per questo motivo sono di solito ben conosciuti dal loro medico curante.

In questo caso è utile razionalizzare il ricorso agli esami di laboratorio tenendo presente, oltre alla conoscenza clinica del paziente, anche le possibili alterazioni legate alla pratica sportiva, relative al sesso e all'età del praticante, nonché alla frequenza e all'intensità dell'impegno sportivo.

ESAMI CONSIGLIATI
(Profilo n° 2)

Emocromo, Azotemia, Creatinina, glicemia di base, Elettroliti Ca, Mg, Na, K Transaminasi, Quadro proteico, Esame delle Urine completo.

PERIODICITÀ

Annuale o secondo il parere del curante.

PER LA DONNA SPORTIVA

La donna sportiva è soggetta a situazioni di anemizzazione o almeno di carenza di ferro. Sono segnalati squilibri nutrizionali in particolare in alcune discipline sportive discipline nelle quali viene esasperata l'attenzione al peso corporeo contenuto e ad un'immagine di leggerezza e che quindi possono comportare nell'atleta l'insorgere di disturbi del comportamento alimentare. Questi squilibri, anche latenti, possono essere evidenziati mediante alcuni semplici esami sotto controllo e indicazione del medico, a seguito di una semplice indagine anamnestica.

ESAMI DI BASE
(Profilo n° 3)

Emocromo, Sideremia, Ferritina, Azotemia, Creatinina, Quadro proteico, Elettroliti Ca, P, Mg, Na, K, Urine completo, Transaminasi, Glicemia basale.

PERIODICITÀ

Annuale o a discrezione del curante.

