

con il patrocinio di:



CONFERENZA  
DEI SINDACI  
AZIENDA ULSS 18  
ROVIGO



# INVESTIRE SUL MOVIMENTO: STRATEGIE PER LA SALUTE NEL PROGETTO INTEGRATO

Venerdì 25 Maggio 2012  
Azienda ULSS 18 Rovigo  
Aula Magna Cittadella Socio-sanitaria



# **Il Medico dello Sport e dell'esercizio fisico e la promozione dell'attività fisica per la salute**

Andrea Ermolao

UOC Medicina dello Sport

Az. Ospedaliera – Università di Padova

...1939

Sezione di Medicina Sportiva di Padova  
annessa alla Clinica Medica della R. Università

Per una intelligente preparazione alla gara

Doc. LUIGI BENACCHIO  
Medico dello Sport

estratto da

medicina dello sport  
e dell'educazione fisica

vol. II fasc. 2

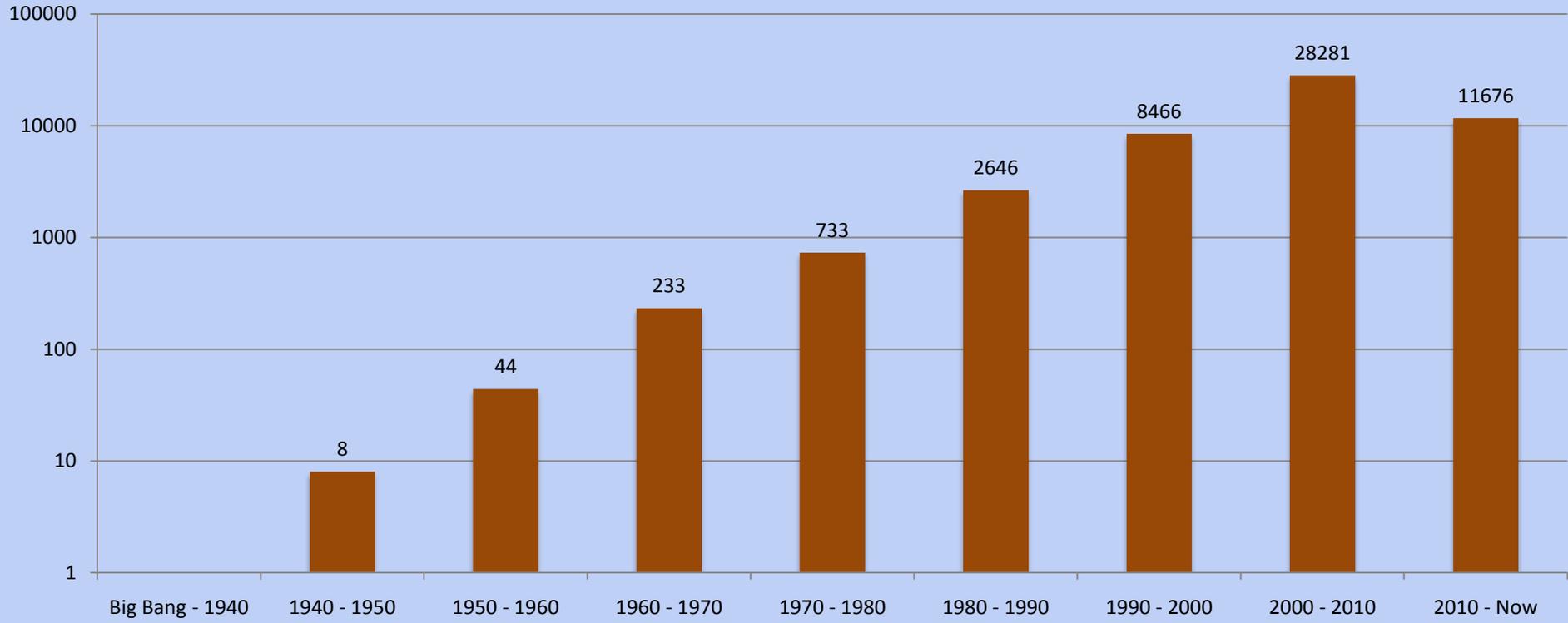
aprile 1939 - XVII

periodico bimestrale di fisiologia e patologia  
traumatologica e clinica e igiene e prevenzione e assicurazioni  
applicata allo sport

direzione, amministrazione: torricchio, via piaveca 6

“ Un ’ altra importante questione è quella della sete, specialmente nell’attività muscolare in paesi caldi o durante l’estate. Si ricordi la massima di bere poco; chi beve molto sottomette ad un lavoro eccessivo gli organi emuntori, diluisce i succhi digestivi, fiacca le forze. Si capisce quindi come **l’atleta serio debba disciplinare la sete; bisogna che si abitui a dominare la sete, il sacrificio verrà presto compensato dall’abitudine e dalla insensibilità.**” (pag. 5 e 6)

# 2012: “Physical Activity” key-word on



1998.....

PUBBLICAZIONI DEGLI ULTIMI 10 ANNI (PubMed)

	N° tot	Rev
Exercise prescription	738	224
Exercise therapy	7116	1878
Exercise and chronic diseases	2252	527
Exercise and CV diseases	17228	3587
<b>74862 in totale negli ultimi 10 anni</b>		
Exercise and osteoarthritis	701	211
Exercise and pulmonary diseases	3688	968
Exercise and cancer	2677	738
Exercise and endocrine diseases	3797	1208
Exercise and prevention	9624	3133
Exercise and secondary prevention	623	255
Exercise and wellness	6052	919

...2008

**Physical Activity  
Guidelines Advisory  
Committee Report,  
2008**

**Evidenze**

To the Secretary of  
Health and Human Services



U.S. Department of Health and Human Services

## Review

# Evidence for prescribing exercise as therapy in chronic disease

B. K. Pedersen<sup>1,2</sup>, B. Saltin<sup>2</sup>

Evidenze scientifiche definiscono l'efficacia dell'utilizzo dell'esercizio fisico come terapia in un ampio numero di patologie croniche. Prese in considerazione:

- **Patologie correlate alla sindrome metabolica** (insulino-resistenza, diabete tipo 2, dislipidemia, ipertensione arteriosa, obesità);
- **Patologie cardiache e polmonari croniche** (BPCO, cardiopatia ischemica, scompenso cardiaco cronico, arteriopatia periferica);
- **Patologie dell'apparato muscolo-scheletrico** (osteoartrosi, artrite reumatoide, osteoporosi, fibromialgia, CFS);
- **Altre patologie: cancro, depressione, asma, diabete tipo 1.**

# Esercizio fisico e patologie croniche

- **L'esercizio fisico** è oggi riconosciuto dalle maggiori società scientifiche internazionali (American College of Sports Medicine, American Heart Association, ...) come una **“ medicina ”** sia **nella prevenzione, sia nella terapia delle patologie croniche, e di altre patologie.**

Your Prescription for Health

Exercise   
is Medicine™

[www.ExerciseIsMedicine.org](http://www.ExerciseIsMedicine.org)

# Prescrizione di esercizio

ROBERT E. SALLIS, M.D.

3200 Century Park East, Ste. 207, Los Angeles, CA 90076 P: (678) 289-9447 F: (678) 277-3452

NAME Andrew Patrick DATE 4/18/2008  
ADDRESS 233 Ardin Ave. Los Angeles, CA 90048

Rx

Exercise  
Exercise  
Exercise

REPEAT 20 TIMES

GENERIC SUBSTITUTE O.K.  
UNLESS CHECKED HERE \_\_\_\_\_

Robert Sallis

M.D.

Exercise prescription

---

## The role of exercise prescription in chronic disease

G E Moore

---

Appropriate exercise should be included in the treatment of all patients

Br J Sports Med  
2004;38:6-7.

- **La prescrizione di esercizio, come qualsiasi altra prescrizione, ha una tipologia ed una dose, una frequenza di somministrazione, una durata di trattamento, un obiettivo terapeutico, e gli effetti collaterali prevedibili.**

# La prescrizione di esercizio

## ESERCIZIO COME FARMACO

Valutazione

Prescrizione

Somministrazione

Monitoraggio

Riscontro

**Vari livelli ed aree di competenze in base a condizione clinica:**

1. Soggetti sani o presunti tali
2. Soggetti con problematiche cliniche a bassa criticità
3. Soggetti con problematiche a medio-alta criticità

# **Il ruolo della Medicina dello Sport e dell'esercizio nell'ambito del Sistema Sanitario Nazionale**

# La tutela sanitaria dell'attività sportiva in Italia



## **Art. 32 della Costituzione**

garantisce il diritto alla salute come fondamentale per l'individuo e di interesse per la collettività

[Legge 28/12/1950 n. 1055 e Legge 26/10/1971 n.1099](#)

"Tutela sanitaria delle attività sportive". La legge n°1099 estendeva la tutela sanitaria a chiunque intendesse svolgere o svolgesse attività agonistico-sportive e puntualizzava per la prima volta il fenomeno negativo del doping

[D.M. 5/7/1975](#)

"Disciplina dell'accesso alle singole attività sportive"

[D.M. 18/2/1982 con norme integrative del D.M. 28/2/1983](#)

"Norme per la tutela della attività sportiva agonistica e non agonistica" (è la normativa tuttora vigente)

# **I contributi del Medico dello Sport alla promozione dell'attività fisica**

- **Prevenzione e trattamento dei problemi medici degli individui che fanno sport o attività fisica a tutte le età e a tutti i livelli di partecipazione.**
- **La promozione della salute e la prevenzione di malattia o di danno fisico a livello della popolazione generale attraverso l'attività fisica.**
- **L'uso dell'esercizio come mezzo terapeutico nel trattamento e nella prevenzione della malattia.**

# **Importanza e utilità della valutazione clinico-funzionale per la prescrizione di esercizio nelle patologie croniche**

- Inquadramento clinico complessivo, mettendo in evidenza gli elementi clinici di rilevanza per la pratica di attività fisica.
- Valutazione diagnostica e prognostica.
- Indicazioni generali o prescrizione personalizzata di esercizio.
- Counseling specifico inerente l'attività fisica.



*Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca*

Come si adeguano il sistema  
formativo universitario e quello  
legislativo a queste nuove evidenze?



*Ministero della Salute*



**La Scuola di Specialità in  
Medicina dello Sport e  
la formazione dei nuovi specialisti**

INDICE DELLE SCUOLE PER AREA, CLASSE E TIPOLOGIA  
AREA MEDICA

CLASSE

MEDICINA CLINICA GENERALE

Medicina Interna

Geriatria

**Medicina dello Sport**

Medicina Termale

Oncologia Medica

Medicina di Comunità

*Profili di apprendimento della classe della*  
**MEDICINA CLINICA GENERALE:**  
**Medicina dello Sport**

**Contributi che il Medico dello Sport può fornire  
alla promozione dell'attività fisica ...**

... Lo Specialista in Medicina dello Sport deve avere maturato conoscenze teoriche, scientifiche e professionali relative alla medicina delle attività fisico-motorie e sportive, con prevalente interesse alla tutela della salute dei praticanti tali attività in condizioni fisiologiche e patologiche. Ha **competenza**, pertanto, nella fisiopatologia delle attività motorie secondo le diverse tipologie di esercizio fisico nonché nella **valutazione funzionale**, nella **diagnostica e nella clinica** legate **alle attività motorie e sportive nelle età evolutiva, adulta ed anziana e negli stati di malattia e disabilità**.

# CLASSE DELLE SPECIALIZZAZIONI IN MEDICINA CLINICA GENERALE

## *Obiettivi formativi della tipologia della Scuola:*

- acquisire conoscenze approfondite di **diagnostica generale e differenziale** e competenza per il trattamento terapeutico di condizioni morbose acute di frequente riscontro nella pratica del medico dello sport;
- essere in grado di **effettuare una completa valutazione clinica e strumentale dello sportivo**, a riposo e sotto sforzo ed acquisire gli strumenti per una corretta valutazione dei comportamenti neuro- e psicomotori e delle motivazioni alla pratica sportiva, specie in età evolutiva;
- **conoscere le patologie di interesse internistico, cardiologico ed ortopedico-traumatologico che limitano e controindicano l'attività fisica e sportiva**, nonché le patologie eventualmente provocate dall'attività sportiva;

# CLASSE DELLE SPECIALIZZAZIONI IN MEDICINA CLINICA GENERALE

## *Obiettivi formativi della tipologia della Scuola:*

- **conoscere gli effetti dei farmaci** sulle capacità di prestazione con particolare riguardo agli aspetti tossicologici;
- acquisire i principali concetti di terapia e riabilitazione nelle diverse lesioni traumatiche di interesse sportivo, conoscere le principali tecniche di pronto soccorso ed essere in grado di riconoscere condizioni di urgenza e di emergenza, comprese quelle di carattere tossico o traumatico;
- **Conoscere l'influenza dell'attività sportiva su patologie preesistenti e l'utilizzazione della stessa a fini terapeutici;**
- **conoscere l'organizzazione e le risorse della medicina dei servizi ed acquisire un ruolo attivo nell'attuazione degli obiettivi di benessere e tutela della salute di tutti i praticanti attività motoria nelle comunità territoriali;**

# ***LM-67 SCIENZE E TECNICHE DELLE ATTIVITA MOTORIE PREVENTIVE E ADATTATE***

## **OBIETTIVI FORMATIVI QUALIFICANTI**

I laureati devono essere in grado, con ampi poteri decisionali e autonomia, di utilizzare avanzati strumenti culturali, metodologici e tecnico-pratici necessari per:

- .....
- la prevenzione dei vizi posturali e il **recupero motorio post-riabilitativo** finalizzato al mantenimento dell'efficienza fisica
- la programmazione, il coordinamento e la valutazione di **attività motorie adattate a persone diversamente abili o ad individui in condizioni di salute clinicamente controllate e stabilizzate.**

Come si inserisce secondo il  
legislatore la figura del Medico  
dello Sport all'interno  
dell'organizzazione sanitaria?

# DGR Veneto n. 345 dell'11.2.05: il nuovo profilo della Medicina dello Sport regionale

“La medicina dello sport costituisce una **”funzione specialistica complessa”** con specifica attività nell’ambito dell’educazione sanitaria motoria e sportiva della popolazione, della tutela sanitaria delle attività sportive e del recupero funzionale di soggetti affetti da patologie che possono beneficiare dell’esercizio fisico e/o dell’attività sportiva.”

# **DGR Veneto n. 345 dell'11.2.05: il nuovo profilo della Medicina dello Sport regionale**

## **L'organizzazione della Medicina dello sport:**

- Organizzata in Unità Operative inserite all'interno di dipartimenti di prevenzione e/o ospedali e/o distretti sociosanitari, a cui le aziende sanitarie fanno riferimento per:
  - la tutela sanitaria delle attività sportive
  - **l'attivazione di programmi terapeutici e riabilitativi in cui l'esercizio fisico e lo sport rivestono un ruolo importante**

# DGR Veneto n. 345 dell'11.2.05: il nuovo profilo della Medicina dello Sport regionale

“La medicina dello sport si occupa degli aspetti di ordine medico che riguardano coloro che svolgono per propria iniziativa o per prescrizione un'attività fisica e/o sportiva, comprese quindi sia le **attività di prevenzione primaria** (promozione di stili di vita sani in cui l'attività fisica e/o sportiva ha un ruolo determinante), che **secondaria** (diagnosi precoce di patologie che controindicano o limitano l'attività sportiva o che da questa ne derivano) e **terziaria** (recupero e prevenzione delle complicanze, attraverso l'attività fisica e/o sportiva, di soggetti affetti da patologie croniche e degenerative)”.

# DGR Veneto n. 345 dell'11.2.05: il nuovo profilo della Medicina dello Sport regionale

...”lavoro di équipe tra gli specialisti di discipline diverse con lo specialista in medicina dello sport, che può considerarsi specialista con formazione internistica ed esperto dell'attività fisica e sportiva.”

# PROGETTO DI LEGGE N. 190 relativo a:

---



IX LEGISLATURA

**“NORME IN MATERIA DI PROGRAMMAZIONE SOCIO SANITARIA E  
APPROVAZIONE DEL PIANO SOCIO-SANITARIO REGIONALE 2012-2016”**

## **3.2.4 Le reti cliniche integrate anche con il Territorio**

- **“... Sarà, altresì, prevista una rete della medicina dello sport, che garantisca la tutela sanitaria dell’attività sportiva agonistica, riconoscendo inoltre l’efficacia dell’esercizio fisico in ambito preventivo, riabilitativo-terapeutico e nella riduzione di mortalità e morbilità in gruppi di popolazione, nonché terapeutico per gruppi di popolazione con patologie croniche”.**

# **D.M. 24.12.2008 “Commissione Sport e Salute” “Proposta per l’introduzione dell’esercizio fisico come strumento di prevenzione e terapia all’interno del Sistema Sanitario Nazionale” (maggio 2009)**

La Commissione Salute in seno alla Conferenza Stato-Regioni nel dicembre 2009 ha approvato un documento con questa denominazione.

- L’attività fisica è un efficace strumento di prevenzione ... (tuttavia) ... resta una delle aree di intervento più sottovalutate in seno al Sistema Sanitario Nazionale.
- Il problema è ... passare alla sperimentazione della fattibilità concreta di programmi di prevenzione e cura, ... sulla base delle capacità professionali di cui il Paese dispone.
- **Per quanto riguarda la prescrizione dell’attività fisica, un ruolo centrale sarà svolto dal *Medico specialista in medicina dello sport*.**
- **Naturalmente il MSMS dovrà operare in raccordo con le altre figure professionali coinvolte nei percorsi assistenziali (Medici di medicina generale, altri medici specialisti come pediatri, cardiologi, diabetologi, neurologi, oncologi, nonché altre figure professionali quali i laureati magistrali in scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate, i laureati in scienze motorie, ecc.).**

# ***Piano nazionale della prevenzione (Pnp ) 2010-2012***

- Con l'Intesa tra Governo, Regioni e Province autonome di Trento e Bolzano del 29 aprile 2010 è stato approvato il nuovo Piano che presenta, rispetto al Pnp 2005-2007 e successive proroghe, una diversa impostazione culturale, con la **promozione di un'azione preventiva sempre più multidisciplinare e intersettoriale, non più sostanzialmente orientata sui Dipartimenti di prevenzione, ma aperta a gran parte delle aree operative dell'organizzazione sanitaria coinvolte in attività di prevenzione.**

# ***Piano nazionale della prevenzione***

- Prevenzione universale ...
- Medicina predittiva ...
- Prevenzione della popolazione a rischio ...
- **Per la prevenzione delle complicanze e delle recidive di malattia, programmi, rivolti a fasce di popolazione particolarmente fragili (come anziani, malati cronici, portatori di poli-patologie, disabili, ecc.), volti a prevenire complicanze e recidive di malattia e a promuovere il disegno e l'implementazione di percorsi che garantiscano la continuità della presa in carico, attraverso il miglioramento dell'integrazione all'interno dei servizi sanitari e tra questi e i servizi sociali.**

Dalle parole ai fatti?

Alcuni esempi di progetti in atto

## PROGETTO:

# “PRESCRIZIONE DELL’ESERCIZIO FISICO COME STRUMENTO DI PREVENZIONE E TERAPIA”

**Accordi tra Ministero della Salute e Regioni Lombardia, Veneto, Emilia Romagna e Sicilia**

- Prescrizione dell’esercizio fisico come strumento di prevenzione e terapia
- Obiettivo generale di ***“implementare in sede regionale e valutare la funzionalità di una struttura organizzativa attraverso la quale la pratica terapeutica e preventiva dell’esercizio fisico è correttamente prescritta e somministrata alla popolazione eleggibile”***.

Il presente progetto si indirizza alla **popolazione a rischio o affetta da patologie suscettibili al trattamento con esercizio fisico**, che però non necessitano di ospedalizzazione ...

**L'obiettivo finale** è di testare con precisione le modalità di **funzionamento della struttura organizzativa** attraverso la quale la pratica terapeutica e preventiva dell'esercizio fisico dovrà essere correttamente prescritta e somministrata.

# “PRESCRIZIONE DELL’ESERCIZIO FISICO COME STRUMENTO DI PREVENZIONE E TERAPIA”

## **Coinvolge:**

- medici di medicina generale, pediatri di libera scelta
- medici specialisti in medicina dello sport
- laureati specialisti in scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate e laureati in scienze motorie
- altri specialisti  
(internista, cardiologo, oncologo, neurologo, diabetologo, fisiatra, fisioterapista, nutrizionista, ecc.)

## **Attraverso interventi di:**

- prevenzione individuale (in presenza di condizioni di rischio e patologie che possono trarre benefici dalla pratica di esercizio fisico)
- prescrizione e somministrazione di esercizio fisico (specifici percorsi terapeutici per pazienti cronici)

## **All’interno di:**

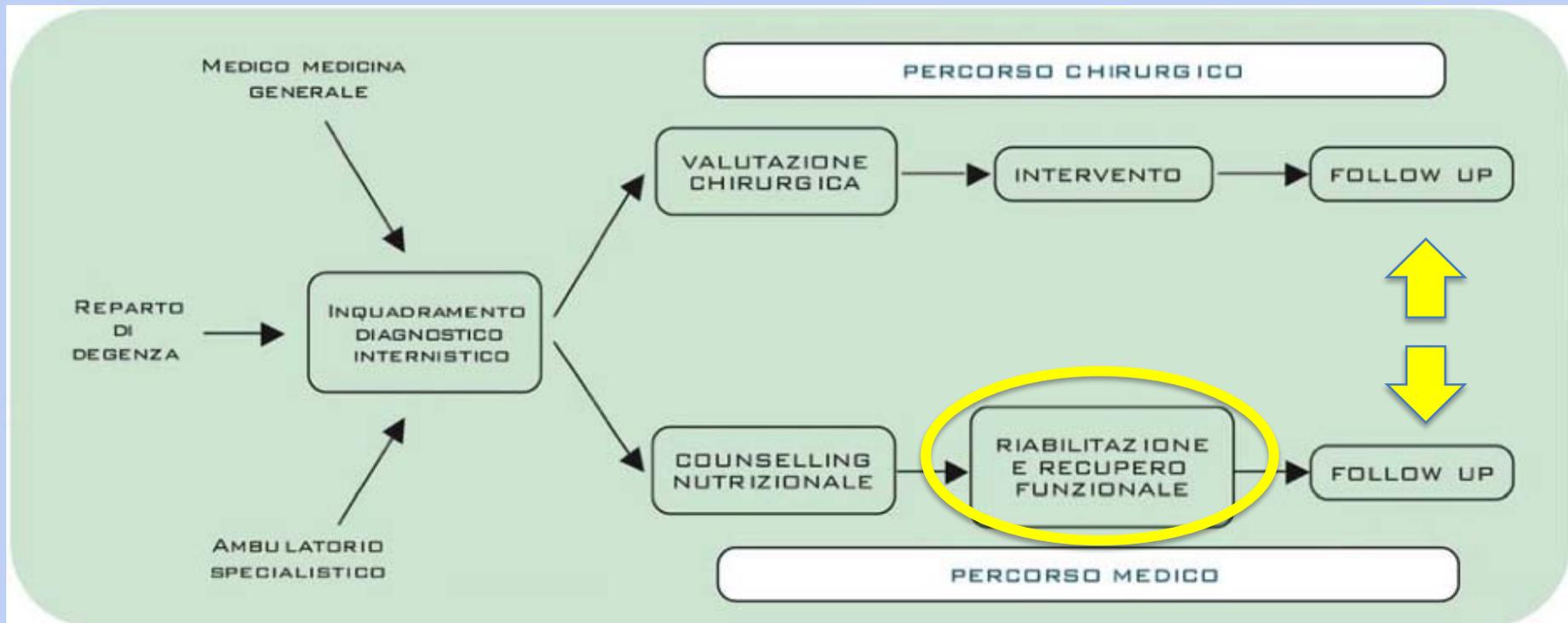
- strutture pubbliche di medicina dello sport (centri di primo, secondo livello), secondo specifici modelli organizzativi Regionali, in collaborazione con Università, FMSI)
- Una rete di palestre accreditate, distribuite nel territorio

## SOGGETTI TARGET

I soggetti ammessi alla sperimentazione saranno:

- persone ad *alto rischio cardiovascolare* (calcolato sulla base delle carte del rischio ISS)
- persone affette da *sindrome metabolica*
- persone affette da *diabete mellito di tipo II*
- persone affette da *cardiopatìa coronarica cronica*
- persone sottoposte a *rivascolarizzazione coronarica* (bypass e/o angioplastica)
- persone affette da *arteriopatia periferica* in classe II secondo Fontaine
- persone affette da esiti di **neoplasia del colon e della mammella**
- persone affette da **osteoporosi**.

# Percorso assistenziale paziente obeso



Azienda Ospedaliera Università di Padova

Exercise prescription

---

## The role of exercise prescription in chronic disease

G E Moore

---

Appropriate exercise should be included in the treatment of all patients

Br J Sports Med  
2004;38:6-7.

**“... Abbiamo bisogno di medici che vedano la medicina dello sport come una specialità dove l’esercizio rappresenti la prescrizione di scelta per tutti i loro pazienti, siano essi atleti o no.”**

# Conclusioni

La diffusione della pratica di attività fisica in tutte le sue forme, necessita della collaborazione tra differenti competenze e figure professionali, organizzate in una rete multidisciplinare e intersettoriale che, pur tutelando le competenze specifiche, operi sempre nell'ottica della promozione e tutela della salute della popolazione.



**"Talent wins games, but teamwork and intelligence wins championships."**

***Michael***

***Jordan***