

ACTIVIDAD FISICA RESPONSABLE

El objetivo de este trabajo es tratar la responsabilidad de quienes guían la práctica deportiva.

En los últimos años se ha dado un fenómeno por el cual, la actividad física dejó de ser solo para aquellos que se dedicaban a la práctica deportiva para competición, y más personas, que antes no realizaban actividad, se volcaron a la misma, con fines de salud o estéticos, es decir, la actividad deportiva dejó de ser un patrimonio solo de atletas, para convertirse en una práctica común.

Así mismo, la práctica deportiva se fue asociando a la idea de salud, ya se empieza a tomar como una prescripción médica más, a la hora de tratar trastornos de salud, como la hipertensión, diabetes, desarrollo en los niños, etc.

Ahora bien, junto a este fenómeno, también en los medios de comunicación han aflorado con gran repercusión noticias de problemas en la salud que ha generado la práctica deportiva, tomando más repercusión aun, casos de profesionales del deporte que han sufrido una MUERTE SUBITA, mientras practicaban el deporte al cual se dedicaban.

Esto ha llevado a replantearse por parte de legisladores, médicos especialistas y las personas dedicadas tanto a la práctica deportiva como a quien organiza tales eventos, a buscar formas de prevenir, en aquellos casos que sea posible, graves problemas en la salud, ocasionados por la práctica deportiva.

Tan es así, que a nivel nacional, provincial y municipal, en nuestro país se han dictado distintas leyes y ordenanzas que imponen la realización de ciertas medidas preventivas, acarreado sanciones para quienes no la cumplen. En este caso puntual nos referimos al **CERTIFICADO MEDICO DE APTITUD FISICA**, y que desarrollaremos a continuación.

En el ámbito médico, la preocupación no solo gira en la necesidad de que se tomen recaudos a la hora de la práctica deportiva, sino también en cuáles son esos recaudos, llegándose a plantear la necesidad de aunar criterios, imponiendo la necesidad de que ese certificado médico requiera obligatoriamente la realización de determinados estudios pre deportivos.

Esto se hace necesario, teniendo en consideración que muchas de las causales que han provocado la MS, podrían haberse detectado, de haberse realizado un estudio médico, considerando que muchas afecciones son congénitas.

Para la realización de este trabajo se va a seguir el siguiente lineamiento, comienza por la normativa que regula la obligatoriedad de los **CERTIFICADOS MEDICOS PRE DEPORTIVOS**, luego continua una breve descripción del certificado médico y los parámetros que debe tener en cuenta, para concluir con la responsabilidad administrativa y civil, por la omisión de solicitar estos certificados cuando una persona comienza a realizar una actividad física o ha pasado un tiempo desde la presentación de ese primer certificado y la continuidad en el deporte.

LEGISLACION

La preocupación sobre la salud, ha sido plasmada en la normativa vigente en todos los niveles estadales.

Tal es así, que la legislación nacional que se avoca a regula el deporte en general, tiene un inciso en el cual establece que a los fines de fomentar la actividad deportiva, el estado deberá promover la formación de médicos especializados en medicina aplicada a la actividad deportiva, y asegurar que la salud de todos aquellos que practiquen deporte sea debidamente tutelada.

A nivel provincial, en Buenos Aires, rige la Ley que regula el deporte, cuyo numero es 12108, la cual dedica un capítulo al tema de medico. Entre sus artículos se destacan los siguientes:

ARTICULO 15°: El órgano de aplicación estructurará el área atinente a Medicina del Deporte que tendrá las siguientes funciones: a) **Investigar los fenómenos deportivos, sus componentes, sus medios y la relación con el proceso de salud.** b) Organizar, coordinar y ejecutar los programas de control incluido el de dopaje, y asistencia médico-deportiva en la Provincia con los organismos competentes. e) Difundir y orientar una práctica deportiva en condiciones adecuadas para la salud y que eviten riesgos para la integridad psicofísica .f) Asistir a la respuesta, al entrenamiento y al máximo rendimiento, planificando la capacitación en la materia, de médicos, fisioterapeutas, profesores, entrenadores y demás personas relacionadas al deporte. g) **Realizar exámenes predeportivos y seguimiento periódico para efectuar diagnósticos de aptitud, evaluar capacidad funcional, prescribir la actividad a desarrollar y programarla.**

Y la ley 12329, complemento de la anteriormente citada, establece expresamente la necesidad de requerir el certificado medico de aptitud física para permitir la practica deportiva (art. 9) y en articulos siguientes establece las sanciones para quienes no lo exigen..

DE ESTAS 2 LEYES PROVINCIALES SE DESTACAN TRES COSAS IMPORTANTE:

1-Los sujetos comprendidos en la ley: que son:

- los Institutos,
- Academias,
- Centros Deportivos,
- Gimnasios
- Y todo otro establecimiento y/o persona, dedicado a la práctica corporal y/o enseñanza de actividades físicas.

Todos ellos deben tener fines de lucro en la practica deportiva, al decir de la ley.

Esto quiere decir, que ya sea, una persona jurídica, como son los gimnasios, instituciones, academias, etc, o una persona física, llámese personal trainer o entrenador etc, quedan comprendidos dentro de la ley.

2- La obligatoriedad de la presentación de los **CERTIFICADOS DE APTITUD FISICA**, que debe requerir quien guía la actividad física y que tendría que tener una vigencia de un año.

3- La obligatoriedad de contratar un seguro, para poder hacer frente a los posibles daños que se puedan producir durante la preparación física o dentro del establecimiento.

La omisión de requerir estos certificados médicos, trae aparejado sanciones administrativas impuestas por la ley, que serán desarrolladas en un capítulo posterior.

Ahora bien, sabiendo que la solicitud de los **CERTIFICADOS DE APTITUD FISICA** son obligatorios para los sujetos que describe esta ley, cabe tratar el tema de que es un certificado

medico, que características debería tener para que sea veraz y cuales serian los estudios mas aconsejables que deben constar que se realizaron , a la hora de elaborar los mismos, para no exponer a quien realiza actividad física a un riesgo innecesario en la salud o hasta llegar a que se le produzca la muerte.

CERTIFICADO MEDICO

El certificado medico es un testimonio escrito acerca del estado de salud (actual o pasado) de un paciente que el profesional extiende a su solicitud o de un familiar, luego de la debida constatación del mismo a través de asistencia, examen o reconocimiento.

Dentro de los certificados simple, se encuentran los que el medico expide al ser solicitados por el paciente, antes de comenzar una actividad física deportiva, tanto competitiva como recreativa.

Estos certificados simple el medico se puede negar a emitirlo, ya sea por considerar que se utilizaran para fines ilícitos o que se pretende acreditar una situación falsa (art. 123 Código de Ética Medica).

CARACTERISTICAS DEL CERTIFICADO MEDICO

El certificado médico debe ser:

- **Veraz:** *reflejo fiel e indudable de la comprobación efectuada personalmente por el profesional que lo expide.* El medico, ante las autoridades, es testigo de un hecho (la salud del paciente) y el certificado, un testimonio del mismo. Si el certificado no se ajusta a la realidad, el profesional se expone a un proceso penal de acuerdo a lo previsto en el art. 295, 296 y 298 del Código Penal Argentino a demás de la responsabilidad civil.
- **Legible:** *escrito de puño y letra, con grafía clara o formato preimpreso que permita ser interpretado en su totalidad, evitando abreviaturas, siglas y codigos.*
- **Descriptivo:** debe constar el diagnostico q motiva la certificación o descripción sindrómica del paciente.
- **Coherente:** surge de la comprobación adecuada efectuada personalmente y de un relato ajustado estrictamente a lo observado en el momento de atender al paciente.
- **Documentado:** el testimonio del medico debe quedar documentado en libro de guardia, historia clínica o ficha de consultorio, de manera tal que fundamente lo expresado en el mismo y ante una eventual investigación judicial.
- **Limitado:** aclarar la actividad para la cual se considera apto el paciente. Con esto se evita que el paciente utilice el certificado para otros fines que no se encuentre apto.

- **Formal:** por ser un testimonio escrito requiere ciertos requisitos: membrete, grafía de puño y letra, firma y sello del profesional que lo expide, datos de identificación del paciente y datos de expedición (lugar, fecha y hora).

OBJETIVOS DEL CERTIFICADO MEDICO

Primarios:

- Determinar situaciones que puedan poner en riesgo la vida de la persona o la de terceros.

Secundarios:

- Oportunidad para generar un control de salud y detectar precozmente patologías.

En la normativa actual se establece la obligatoriedad de pedir certificados médicos por parte de los centros deportivos y de quienes guían la actividad deportiva. Si bien este avance en la prevención de problemas de salud por la práctica deportiva, la normativa no es precisa en cuanto a cuales son los estudios que se deben realizar. A esos fines, se realizó un congreso de médicos dedicados al deporte en [] por el cual se propone la realización de un certificado único, en el cual se establezcan cuales son esos estudios previos a la realización de actividad deportiva.

Es necesario destacar que el **chequeo de salud para la práctica de actividad física** no es similar al chequeo de salud corriente. Un organismo con buena respuesta en estado de reposo o de actividad rutinaria, puede sufrir importantes descompensaciones en estado de exigencia máxima psicobiológica como la que se da en una actividad física, especialmente si es competitiva

¿Cuál sería la conducta más apropiada para aquel que quiera iniciar un programa sistemático de actividad física o continuar realizando sin riesgo un deporte recreativo o competitivo?:

1ro) Consultar con el médico de cabecera quien realizará un examen clínico general y dará las recomendaciones pertinentes

2do) Realizar un estudio de rutina de laboratorio bioquímico: sangre y orina, para evaluar el comportamiento metabólico y descartar un gran grupo de enfermedades

3ro) Realizar un examen clínico cardiológico que incluya un electrocardiograma de reposo y una radiografía de tórax.

Hasta aquí los pasos de un chequeo de rutina que garantiza “buena salud”, en condiciones normales, pero si se trata de realizar actividad deportiva, se debe agregar, en lo posible, realizada por un médico cardiólogo o deportólogo:

4to) Una **ergometria deportiva** (prueba de esfuerzo de máxima intensidad) donde se determina en un ejercicio de exigencia creciente, la respuesta cardiovascular, respiratoria y metabólica del organismo. Se registran las variables cardiovasculares (frecuencia cardiaca, tensión arterial, electrocardiograma de esfuerzo), variables respiratorias y los signos y síntomas. A veces, según los hallazgos se requiere ampliar estos estudios con un **ecocardiograma**, para evaluar las cavidades, paredes y válvulas del corazón y su funcionalidad. Puede determinarse además la fatiga metabólica por acumulación progresiva de ácido láctico en sangre, tomando una muestra del pulpejo de los dedos o del lóbulo de la oreja.

5to) Idealmente se puede realizar una evaluación de aptitud física, que incluya aspectos **estructurales** como el porcentaje de grasa corporal, la masa muscular, etc. Y aspectos **funcionales** como las cualidades físicas necesarias para cada disciplina.

Estas evaluaciones permiten determinar tres posibilidades para la práctica deportiva:

NO APTO: o actividad física no recomendada. Este grupo está muy restringido a ciertas personas con patologías que no se benefician o pueden perjudicarse con la práctica deportiva.

APTO PARCIALMENTE: se permiten ciertas actividades o deportes, o ciertos niveles de intensidad y se restringen otros. Depende de la edad, de enfermedades o lesiones preexistentes y del grado de aptitud.

APTO SIN LIMITACIONES: se permite cualquier grado de actividad física sin limitaciones de ningún tipo

Los responsables de los centros deportivos (gimnasios, campos de deportes) y los responsables de conducir la actividad deportiva (entrenadores, profesores de Educación Física) debieran ser los encargados de exigir estos “Certificados”, por una parte para evitar demandas legales por impericia, imprudencia o negligencia en sus funciones, pero fundamentalmente para contribuir al bien más preciado de la población, que es la SALUD!!

SANCIONES

Al momento de tratar las sanciones aplicable a los distintos sujetos comprendidos en esta cuestión de los certificados médicos, habría que dividir según distinto sea el órgano que la aplica y la sanción que esta acarrea, así, a modo de graficar podemos decir:

SUJETOS COMPRENDIDOS EN EL ART. 1 DE LA LEY 12.329

los Institutos, Academias, Centros Deportivos, Gimnasios y todo otro establecimiento y/o persona, dedicado a la práctica corporal y/o enseñanza de actividades físicas, con fines de lucro

