

ASIGURAREA
SERVICIILOR
MEDICALE DE ÎNALTĂ
PERFORMANȚĂ PENTRU
SPORTIVII DIN REPUBLICA MOLDOVA

CZU: [614.2+613.72]:796(478)

Gheorghe ȘTEFANEȚ¹, Alisa TĂBÎRȚĂ²,
Serghei CEBANU²

¹Centrul Național de Medicină Sportivă „Atletmed”,
Republica Moldova

²Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie
„Nicolae Testemițanu”

[https://doi.org/10.52556/2587-3873.2021.4\(91\).59-63](https://doi.org/10.52556/2587-3873.2021.4(91).59-63)

Rezumat

Serviciile medicale de înaltă performanță pentru sportivi înseamnă asigurarea persoanelor care practică activitatea fizică și sportul cu condiții de organizare a examenului medical periodic al stării lor de sănătate, asistență medicală în timpul antrenamentelor și competițiilor sportive, consultații în probleme de nutriție, servicii de reabilitare după leziuni traumatice, activități educative pentru promovarea și păstrarea sănătății. Acest articol include o serie de recomandări pentru consolidarea serviciului de medicină sportivă din Republica Moldova și asigurarea durabilității acestuia.

Cuvinte-cheie: sănătatea sportivilor, medicină sportivă, măsuri de prevenție, promovarea sănătății

Summary

Providing high performance medical services to athletes in the Republic of Moldova

High-performance medical services means providing people who practice physical activity and sport with conditions for the organization of a periodic medical examination of their state of health, medical assistance during training and sports competitions, consultations on nutrition issues, rehabilitation services after traumatic injuries, educational activities for the promotion and maintenance of health. This paper includes a series of recommendations for strengthening the sports medicine service in the Republic of Moldova and ensuring its sustainability.

Keywords: athletes health, sports medicine, prevention measures, health promotion

Резюме

Предоставление высококачественных медицинских услуг спортсменам Республики Молдова

Под высококачественными медицинскими услугами подразумевается обеспечение физически активных людей и спортсменов условиями для организации периодических медицинских осмотров, медицинская помощь во время тренировок и спортивных соревнований, консультации по вопросам питания, услуги по восстановлению после травм, образовательные мероприятия по продвижению и поддержанию здоровья. Статья включает ряд рекомендаций по укреплению службы спортивной медицины в Республике Молдова и обеспечению ее устойчивости.

Ключевые слова: здоровье спортсменов, спортивная медицина, профилактика, укрепление здоровья

Introducere

Medicina sportivă este o ramură a medicinei care are ca obiectiv evitarea și prevenirea, printr-o supraveghere competentă și riguroasă, a factorilor care pot să constituie un risc pentru sănătatea persoanelor ce practică sportul de performanță, sportul de masă și exercițiile fizice. Medicina sportivă are un conținut propriu care nu se regăsește în alte specialități medicale și se adresează tuturor persoanelor, indiferent de vârstă, statutul de sportivi sau nesportivi, pentru identificarea capacităților de efort sau deficiență fizică din punctul de vedere a activităților sportive.

Schimbările socioeconomice care au avut loc în Republica Moldova și modificările în conținutul intern al medicinei sportive au avut impact asupra dezvoltării serviciului de medicină sportivă [7].

Dar, nu numai evoluțiile economice au determinat modificările serviciului de medicină sportivă. În practica țărilor economic dezvoltate din occident, medicina sportivă este parte integrantă a sportului, dar nu o parte a științei medicale, așa cum a fost în spațiul sovietic. Alinierea la standardele UE a condiționat crearea unui serviciu de medicină sportivă cu un management performant și cu o profesionalizare adecvată, care face posibilă aplicarea abordărilor ei moderne [1, 6, 7].

Astfel, în această lucrare ne-am propus ca scop evaluarea situației actuale în domeniul medicinei sportive și elaborarea unor recomandări pentru fortificarea sănătății sportivilor și ameliorarea calității serviciilor de medicină sportivă în Republica Moldova.

Sistemul național de asistență medicală a sportivilor

Centrul Național de Medicină Sportivă „Atletmed”, subordonat Ministerului Sănătății, efectuează monitorizarea procesului de antrenament și competițional al membrilor Loturilor Olimpice, Paralimpice și Național, cât și examenul medical semestrial (sau la necesitate) al sportivilor din Chișinău, de asemenea și a altor sportivi legitimați din țară (licei cu profil sportiv, școli și cluburi sportive).

CNMS „Atletmed” își asumă misiunea de a susține și dezvolta sportul, luând în considerare următoarele direcții de activitate:

- acordarea asistenței medicale specializate sportivilor de înaltă performanță, componenți ai Loturilor Naționale și Olimpice și Paralimpice seniori și tineret ai Republicii Moldova;
- acordarea asistenței medicale specializate sportivilor, membrilor loturilor sportive din federațiile de profil ale Republicii Moldova;
- acordarea asistenței medicale specializate sportivilor-studenți și elevi ai Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, Liceului Republican Internat cu Profil Sportiv și Liceului Municipal cu Profil Sportiv;
- acordarea asistenței medicale specializate tuturor persoanelor care practică activitatea fizică și sportul, în interesul ridicării și păstrării nivelului de sănătate individuală;
- asigurarea asistenței medicale la competițiile sportive de rang național și internațional;
- asigurarea asistenței medicale specializate în timpul antrenamentelor și cantonamentelor sportive;
- prestarea serviciilor de recuperare și reabilitare a sportivilor bolnavi și traumatizați, cât și refacerea lor postefort;
- instruirea specialiștilor în medicină sportivă și reabilitare medicală (baza clinică a USMF „Nicolae Testemițanu”), organizarea conferințelor, seminarelor, cursurilor și lecțiilor practice în problemele medicinei sportive și recuperării medicale;
- activități metodice, organizatorice și științifice cu medicii din rețeaua de medicină sportivă din republică pentru îmbunătățirea sănătății și a calității vieții în ansamblu a populației.
- propagarea modului sănătos de viață, prin practicarea culturii fizice și sportului, în rândul copiilor și tinerilor, în scopul formării și dezvoltării de adulți sănătoși și responsabili.

Actualmente, la CNMS „Atletmed” se efectuează următoarele examinări medico-sportive: 1) examenul medico-sportiv inițial, care are un caracter de selecție medico-biologică; 2) examenul medico-sportiv periodic, pentru a colecta anamneza medico-sportivă, a evalua diagnosticul stării de sănătate, inclusiv starea fizică, funcțională cardio-respiratorie, a capacității de efort aerob și capacității de refacere; 3) consultații medico-sportive la necesitate ale sportivului în caz de boală, traumă, urmată respectiv de tratament, indicații și recomandări; 4) examenul medical cu caracter de expertiză medico-sportivă, în cazul când sportivul nu mai are randamentul dorit, sau în cazul existenței unor contraindicații pentru practicarea probei sportive date (cu recomandare de trecere la altă probă sportivă) sau a sportului de performanță în general; 5) eliberarea avizului medico-sportiv.

Examenul medical complex și testarea medico-sportivă presupune examenul medical de către următorii medici specialiști: neurolog, oftalmolog, ORL, traumatolog, stomatolog, urolog, medic reabilitolog, cardiolog, medic medicină sportivă. Din metodele instrumentale și de laborator se efectuează ECG în repaus și efort (cu efort nedozat și efort dozat la cicloergometru sau bandă de alergare); ecocardiografia, la necesitate, analiza generală a sângelui; determinarea grupei sanguine; analiza biochimică a sângelui; sumar de urină. Reabilitarea medicală a sportivilor include proceduri speciale de kinetoterapie, electroterapie, reflexoterapie, terapie manuală și masaj.

O analiză SWOT a sistemului de asistență medicală a sportivilor din Republica Moldova ne-a oferit posibilitatea de a analiza factorii care influențează dezvoltarea acestuia și de a elabora strategii de restrângere a punctelor slabe și amenințărilor.

Astfel, ca *puncte tari* am putea menționa următoarele:

1. Prezența Centrului Național de Medicină Sportivă „Atletmed” acreditat, care oferă un spectru larg de servicii medicale pentru sportivi (conform recomandărilor instituțiilor internaționale de specialitate).

2. Specialiști de calificare înaltă care activează în cadrul Centrului.

3. Reputație bună printre beneficiarii serviciilor medicale (sportivi, antrenori, medici, copii, adolescenți, cluburi sportive, loturi naționale etc).

4. Pregătirea specialiștilor prin studii postuniversitare de rezidențiat, la specialitatea „Medicină sportivă” la USMF „Nicolae Testemițanu”.

5. Prezența tradițiilor sportive, disponibilitatea unui număr mare de persoane care practică exercițiile fizice și sportul.

Ca *puncte slabe* am identificat:

1. Cultura sportivă și cultura medicală redusă în rândul populației, inclusiv printre sportivi.

2. Reacția slabă a autorităților privind dezvoltarea medicinei sportive în Republica Moldova.

3. Subfinanțarea serviciului.

4. Lipsa unei rețele teritoriale sigure și dezvoltate de medicină sportivă.

5. Insuficiența resurselor umane în domeniu (medici, asistente medicale, chinetoterapeuți).

6. Dotarea insuficientă cu aparatură medicală modernă.

7. Asistența medicală a sportivilor prestată de medicii de familie, care nu au cunoștințe de medicină sportivă.

8. O atenție mică acordată cercetărilor științifice în domeniul sănătății sportivilor.

9. Lipsa unui sistem electronic de evaluare integrată a stării de sănătate a sportivilor.

La capitolul *oportunități* care ar putea favoriza dezvoltarea sistemului de asistență medicală a sportivilor, includem:

1. Legislația națională din domeniu, armonizată la cea europeană.

2. Posibilități de perfecționare a specialiștilor în afara țării.

3. Crearea Societății de Medicină Sportivă.

4. Pregătirea medicilor sportivi prin specializare pentru competențe în activitate.

5. Elaborarea Strategiei de dezvoltare a educației fizice și sportului în Republica Moldova (cu includerea compartimentului de medicină sportivă).

6. Creșterea atenției asupra problemelor de antrenament sportiv la nivel național și internațional.

7. Creșterea numărului de structuri care furnizează servicii de educație fizică și sport populației.

Printre *amenințările* care ar prezenta un risc pentru dezvoltarea serviciului de medicină sportivă sunt:

1. Domeniul de medicină sportivă nu figurează în Planul de acțiuni al Ministerului Sănătății pentru următorii ani.

2. Subfinanțarea serviciului de medicină sportivă.

3. Baza tehnico-materială slab dezvoltată.

4. Migrația cadrelor medicale calificate.

5. Imposibilitatea aplicării strategiilor pe termen lung.

6. Modificarea prețurilor la serviciile oferite contra plată.

7. Înăutățirea situației socioeconomice din țară și regiune, cu o scădere a nivelului de bunăstare a populației și ca urmare, reducerea oportunităților și a interesului de practicare a exercițiilor fizice și sportului.

8. Performanțele slabe ale sportivilor la competițiile naționale și internaționale.

După numărul de factori evaluați prin analiza SWOT, punctele slabe predomină față de punctele tari, iar amenințările prevalează asupra oportunităților.

Educația pentru sănătate a sportivilor

Obținerea performanțelor sportive nu se mai poate realiza numai prin antrenament, ci include o susținere medico-biologică a procesului de antrenament printr-o alimentație, medicație, refacere fizică și psihică adecvată, alături de prevenirea și recuperarea traumatismelor, depistarea și recuperarea deficiențelor fizice, investigarea și diagnosticarea nivelului și gradului creșterii și dezvoltării.

Dintre toate problemele medicale din sportul de elită, subiectul dopajului este cel mai mult discutat. Dopajul reprezintă o amenințare pentru sănătatea sportivilor în întreaga lume. Acesta subminează principiul competiției deschise și corecte. Dopajul, în general, reprezintă un factor descurajant pentru practicarea sporturilor și îi expune pe sportivi la un stres nejustificat. În Franța, de exemplu, în funcție de metodele de chestionare utilizate, s-a estimat că dopajul ar putea să vizeze între 3 și 5% din adolescenți, indiferent de substanța utilizată [5].

Astfel, este foarte important ca fiecare țară să aibă elaborate programe de informare și educație pentru sportivi, în special pentru acei tineri care ar avea ca scop prevenirea utilizării intenționate sau neintenționate a substanțelor și metodelor interzise [3, 8, 9].

Profilaxia traumatismului sportiv include perfecționarea permanentă a principiilor metodico-organizatorice în pregătirea de durată a sportivilor. Numărul traumatismelor sportive trebuie să fie reduse la minim. În acest scop, este necesară respectarea cu strictețe a tuturor cerințelor de desfășurare a antrenamentelor, luând în considerare nivelul de dezvoltare fizică și antrenament, elaborarea unor regimuri raționale de antrenament, îmbunătățirea condițiilor de desfășurare a activităților sportive, respectarea regulilor controlului medical, a indicațiilor și contraindicațiilor prescrise de medicul specialist. Studiarea de lungă durată va identifica impactul traumatismelor sportive asupra sănătății publice. Sportul nu trebuie să devină o aventură pe propria sănătate, ci un element de satisfacere rațională.

Realizarea unor programe eficiente de prevenire a traumatismului la sportivi permite păstrarea unei bune stări de sănătate, sporirea longevității sportive și reducerea costurilor de tratare și reabilitare ulterioară a sportivilor. Unul dintre cele mai evidente avantaje este și potențialul de îmbunătățire a performanței sportivilor. Acest avantaj este deosebit de important ca mijloc de motivare a antrenorilor pentru a aplica strategii de prevenire a traumatismelor la sportivi [2].

Riscul potențial al activității fizice poate fi redus prin evaluarea medicală, ierarhizarea factorilor de risc, supravegherea și educația pentru sănătate a sportivilor [4].

În promovarea și fortificarea stării de sănătate a sportivilor juniori sunt indispensabile colaborarea intersectorială, relațiile permanente dintre profesioniștii din domeniul educației și sănătății, pentru reglementarea exigențelor către procesul didactic, procesul de antrenament, crearea condițiilor favorabile de mediu în instituțiile de învățământ, efectuarea examenelor medicale periodice, activități

de promovare a sănătății etc. Astfel, devine foarte importantă organizarea activităților de promovare a unor schimbări comportamentale și de stil de viață în rândul sportivilor.

Recomandări pentru organizarea serviciului de medicină sportivă

Pentru creșterea accesibilității și echității în acordarea serviciilor de medicină sportivă este important de a aduce asistența de medicină sportivă cât mai aproape de consumator, adică de persoanele care practică exercițiul fizic, sportul în masă sau cel de performanță.

Activitatea medicilor de medicină sportivă prevede asistența medicală de rutină în componența

lotului ca principiu de menținere a formei fizice, evaluare a gradului de sănătate, asigură tratamentul sportivilor accidentați și decide participarea sau revenirea lor în activitatea sportivă.

O altă activitate a specialiștilor în medicină sportivă este managementul asistenței medicale de urgență, care necesită o planificare corespunzătoare, exersare și comunicare, pentru a oferi servicii optime la nivelul importanței evenimentului sportiv.

Pornind de la constatările actuale, am considerat important să întocmim o structură a serviciului de medicină sportivă, organizat pe verticală și subordonat Ministerului Sănătății al Republicii Moldova (figura 1).

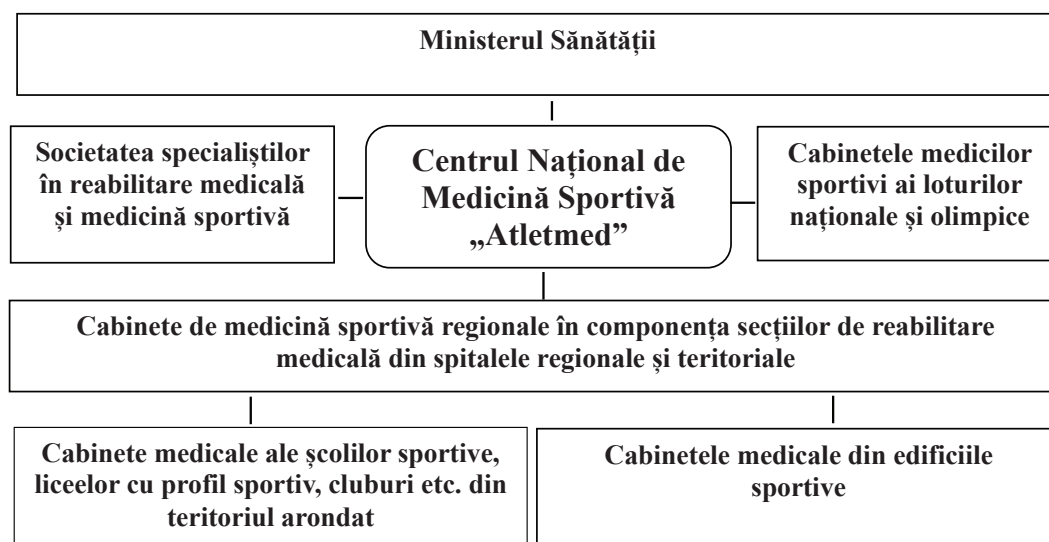


Figura 1. Proiectul organigramei serviciului de medicină sportivă

Centrul Național de Medicină Sportivă „Atletmed” va reprezenta instituția abilitată cu coordonarea clinică, metodică și organizatorică a serviciului de medicină sportivă. Totodată, va gestiona baza de date „Registrul medical al sportivilor”.

Ministerul Educației și Cercetării și Comitetul Național Olimpic și Sportiv trebuie să dezvolte cabinete medicale pentru deservirea sportivilor din loturile naționale și olimpice, care metodic și metologic se vor subordona CNMS „Atletmed”.

În teritoriu, se recomandă instituirea cabinetelor de medicină sportivă regionale în componența secțiilor de reabilitare medicală din spitalele regionale și teritoriale, unde vor activa medici, formați profesional în medicina sportivă, prin rezidențiat sau perfecționare primară în cadrul USMF „Nicolae Testemițanu”.

La nivel de teritorii arondate, serviciul de medicină sportivă va fi prezentat de cabinetele medicale ale școlilor sportive, liceelor cu profil sportiv și/sau cluburilor sportive și cabinetele medicale din edificiile sportive.

Cabinetele de medicină sportivă se organizează și se completează cu personal medical, conform nivelului structural și sunt dotate cu aparat medical corespunzător normelor.

Principala activitate de profilaxie primară a stărilor patologice la sportivi va fi realizată de medicii de medicină sportivă și este axată pe evidențierea și prioritizarea grupelor de factori cauzali specifici, organizarea activităților de promovare a unor schimbări comportamentale și de stil de viață în rândul sportivilor.

Concluzii

Interesul crescut pentru sport impune o dezvoltare și fortificare a serviciului de medicină sportivă în Republica Moldova. Sunt necesare completarea și modificarea cadrului normativ și de reglementare existent, cu scopul ameliorării calității serviciilor de medicină sportivă în Republica Moldova. La etapa actuală, este indispensabilă implementarea noilor principii de organizare a serviciilor de medicină sportivă de calitate înaltă prin implementarea unor

programe noi de testare a sportivilor, conform cerințelor internaționale, implementarea inovațiilor medicinei sportive moderne, intensificarea cercetărilor științifice în domeniu, dotarea cu tehnologii informaționale integrate.

Bibliografie

1. Cebanu S. Sănătatea sportivilor juniori: factorii de risc și măsuri de protecție. Chișinău: Print Caro, 2019, 184 p.
2. Cebanu S., Cazacu-Stratu A., Cociu S. The role of health promotion and health education in injuries prevention. În: *Sobczak-Michałowska M. eds. Zdrowie – edukacja – społeczeństwo. Perspektywa międzynarodowa/Health - education - society. An International perspective*. Poland, Bydgoszcz, 2020, pp. 61-78.
3. Erickson K., McKenna J., Backhouse Sh. A qualitative analysis of the factors that protect athletes against doping in sport. În: *Psychology of Sport and Exercise*. 2015, nr. 16, pp. 149-155.
4. Jacobsson J. Timpka T. Classification of Prevention in Sports Medicine and Epidemiology. În: *Sports Med*. 2015, nr. 45(11), pp. 1483-1487.
5. Laure P, Binsinger C. Adolescent athletes and the demand and supply of drugs to improve their performance. În: *J Sports Science Medicine*, 2005, 4:272-277.
6. Ștefanuț Gh. Fortificarea capacității serviciului de medicină sportivă. În: *Materialele conferinței științifico-practice „Medicina sportivă - clinica omului sănătos”*. Chișinău, 2012, pp. 5-7.
7. Ștefanuț Gh., Robu, M., Balmoș, D., Cebanu, S. Realizări și perspective ale medicinei sportive din Republica Moldova. În: *Sănătate publică, Economie și Management în Medicină*. 2015, nr. 7 (64), pp. 7-9.
8. WADA. Information/Education Guidelines to Prevent Doping in Sport, 2016, 43 P.
9. World Anti-Doping Code, 2015, 152 P.

Serghei Cebanu, dr. șt. med.,
conferențiar universitar,
Disciplina de Igienă,
Departamentul Medicină Preventivă,
IP USMF „Nicolae Testemițanu”
tel: +373 68292923,
e-mail: serghei.cebanu@usmf.md