

REALIZĂRI ȘI PERSPECTIVE ALE MEDICINEI SPORTIVE DIN REPUBLICA MOLDOVA

Gheorghe ȘTEFANEȚ¹, Maria ROBU¹,
Dorin BALMOȘ¹, Serghei CEBANU²,

¹Centrul Național de Medicină Sportivă *Atletmed*,

²Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie
Nicolae Testemițanu

Summary

Achievements and perspectives of sports medicine in the Republic of Moldova

Sports medicine have an important role in surveillance and monitoring of the health status of athletes of different ages, performance, at all stages of sports training. There were presented the main achievements, actual problems and prospects of sports medicine in the Republic of Moldova. Also, the role of medical examinations for all persons who practice physical exercises and sports are presented.

Keywords: *sports medicine, achievements, perspectives, medical examination, athletes*

Резюме

Достижения и перспективы спортивной медицины в Республике Молдова

Спортивная медицина занимается надзором и мониторингом состояния здоровья спортсменов разных возрастов, категорий, на всех этапах спортивной подготовки. В данной работе представлены основные достижения, актуальные проблемы и перспективы спортивной медицины в Республике Молдова. Также представлена роль медицинских осмотров для всех лиц, которые практикуют физические упражнения и спорт.

Ключевые слова: *спортивная медицина, достижения, перспективы, медицинское обследование, спортсмены*

Introducere

Bogăția oricărui stat este populația sănătoasă, îndeosebi generația tânără, care este forța determinantă a dezvoltării statului. *Obiectivele de Dezvoltare ale Mileniului* prevăd procese la nivel global de dezvoltare fizică, spirituală, socială și culturală a generației tinere. Sportul și exercițiul fizic sunt absolut necesare pentru o bună condiție fizică și pentru un mod de viață sănătos [3, 4]. Medicina sportivă este menită să evite și să prevină, printr-o supraveghere competentă, toți factorii care pot constitui un risc pentru sănătatea tinerilor, a persoanelor care practică sportul de performanță, sportul de masă și exercițiile fizice. Un rol aparte în medicina sportivă îl ocupă promovarea unui mod sănătos de viață, mai ales prevenirea dopajului în sport [1].

Doi factori determină actualitatea modificărilor ce au avut loc în medicina sportivă de la proclamarea

Independenței Republicii Moldova. Primul factor îl constituie schimbările socioeconomice care au avut loc, în unele cazuri destul de dureroase pentru multe grupuri sociale. De asemenea, o consecință gravă au avut-o și reducerea numărului de populație, înrăutățirea sistemului de ocrotire a sănătății și de asistență socială. În condițiile noi apărute s-au înrăutățit considerabil oportunitățile de dezvoltare a culturii fizice, a sportului de masă și a sportului de performanță. Serviciul de medicină sportivă nu a beneficiat de atenția cuvenită din partea structurilor implicate în proces, ceea ce a condus la limitarea accesului persoanelor care practică cultura fizică și sportul la serviciile medico-sportive.

Al doilea factor se referă la modificări interne în conținutul medicinei sportive. Nu numai evoluțiile economice externe determină soarta științei. Ca parte integrantă a sportului, această disciplină nu mai este o parte a științei sovietice, iar activitățile preconizate de creare a serviciului de medicină sportivă în RM, cu management performant și pregătirea specialiștilor, capătă contururi clare de realizare. La fel de importantă a fost și aplicarea unei abordări moderne a prevederilor medicinei sportive [5].

Material și metodă

În scopul aprecierii statutului real al medicinei sportive la etapa actuală de dezvoltare, au fost descrise unele realizări în domeniul medicinei sportive în Republica Moldova, sistemul universitar de pregătire a cadrelor. De asemenea, a fost evaluat actualul sistem de asistență medicală a sportivilor, rolul examinărilor medico-sportive, fiind trasate direcțiile principale de activitate pentru viitor.

Rezultate și discuții

Pe parcursul ultimilor ani, au fost realizate mai multe activități în domeniul medicinei sportive în Republica Moldova, cu scopul fortificării serviciilor prestate și îmbunătățirii actului medical prin lărgirea spectrului de examinare medico-sportivă.

În iunie 2012 a fost organizată prima Conferință științifico-practică în domeniul Medicinei Sportive, cu tema *Medicina sportivă – clinica omului sănătos*. În noiembrie 2012 a fost organizată Conferința Jubiliară *65 de ani de la fondarea Medicinei Sportive în Republica Moldova și a Centrului Național de Medicină Sportivă „Atletmed”*.

Medicina sportivă este recunoscută ca specialitate și a fost înregistrată în Nomenclatorul specialităților medicale din RM.

Aspectele internaționale și naționale ale managementului resurselor umane – asigurarea, menținerea, dezvoltarea și evaluarea personalului – sunt caracteristice și pentru serviciul de medicină sportivă din RM. Pentru a face față provocărilor actuale și a

corespunde cerințelor în creștere ale consumatorilor de servicii medicale, este necesar să dispunem de personal suficient, instruit, motivat, precum și de management adecvat [2].

În perioada 2013-2015, la Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie *Nicolae Testemițanu* a fost implementat Proiectul *Cooperarea moldo-estoniană în medicina sportivă pentru promovarea standardelor europene în învățământul medical*, finanțat de Ministerul Afacerilor Externe al Estoniei, coordonat de Universitatea din Tartu. Principalul obiectiv al proiectului a fost consolidarea sistemului de pregătire a specialiștilor prin elaborarea și implementarea unui nou curriculum în *Medicina Sportivă* la nivel postuniversitar, la Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie *Nicolae Testemițanu*.

În scopul implementării eficiente a proiectului, în conformitate cu Ordinul nr. 1134 din 11.10.2013 al Ministrului Sănătății al Republicii Moldova a fost creat un grup de lucru, care a inclus reprezentanți ai Ministerului Sănătății, Universității de Stat de Medicină și Farmacie *Nicolae Testemițanu* și Centrului Național de Medicină Sportivă *Atletmed*.

În timpul realizării proiectului, a fost efectuată o evaluare a situației academice la Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie *Nicolae Testemițanu* și a sistemului de medicină sportivă în Republica Moldova în funcție de necesități și situația reală. S-au efectuat instruirii ale personalului academic (workshopuri la ambele universități, axate pe consolidarea cunoștințelor și a competențelor în dezvoltarea și predarea conținutului noului curriculum).

Astfel, a fost elaborat un curriculum nou în medicină sportivă cu durata de trei ani și în anul universitar 2014-2015 au fost înmatriculați primii trei rezidenți la specialitatea *Medicina Sportivă*. Rezidenții sunt instruiți în domeniul fiziologiei și farmacologiei sportului, recuperării medicale, medicinei interne, cardiologiei și traumatologiei sportive, stărilor de urgență în sport, precum și din domeniul managementului asistenței medicale și promovării sănătății.

În septembrie 2014, în cadrul Zilelor Sănătății, la *Moldexpo* a fost organizată Conferința științifico-practică *Actualități în Reabilitarea Medicală și Medicina Sportivă*, unde specialiștii Clinicii de Medicină Sportivă de la Universitatea din Tartu, Estonia, au prezentat rapoarte despre problemele actuale ale medicinei sportive.

În prezent există un mare gol în formarea continuă a specialiștilor care activează în domeniul medicinei sportive. Astfel, specialiștii solicită organizarea unor cursuri de formare continuă în domeniile nutriției sportivilor, traumatologiei sportive, evaluării capacității de efort, de reabilitare post-efort etc. Categoriile de specialiști care au nevoie de instruire continuă în medicina sportivă sunt medicii sportivi

din cabinetele de medicină sportivă, medicii din școlile sportive și licee (în total sunt 88 de școli sportive în republică), medicii de lot și cei din instituțiile sportive din mun. Chișinău și din țară.

Spectrul, volumul și calitatea serviciilor medicale prestate persoanelor ce practică sportul de performanță, sportul și exercițiul fizic constituie probleme actuale. Atât la nivelul CNMS *Atletmed*, cât și la nivelul cabinetelor specializate de medicină sportivă departamentale, cluburi, licee, școli sportive și al medicilor de lot/echipă, acestea nu corespund necesităților și cerințelor actuale de medicină sportivă contemporană [5].

Interesul crescut al sportivilor față de sănătate, rezultate și durata vieții sportive impune o abordare sistemică a calității serviciilor de medicină sportivă prestate la toate nivelele. Este important de menționat că succesul și realizările sportive și de sănătate a sportivilor în mare parte depind de calitatea serviciilor/asistenței medicale acordate.

O noua etapă în asigurarea accesului persoanelor ce practică exercițiul fizic la asistența de medicină sportivă prevede instituirea unui cadru legal de examinare, dotare și asigurare cu servicii medicale a sportivilor [6].

Obiectivul examenului medico-sportiv este asigurarea colectării și integrării datelor medicale, în vederea cunoașterii organismului nesportiv, pentru selecția inițială, și a celui sportiv, cu stare de antrenament diferită, cunoașterii factorilor interni și externi ce condiționează starea de sănătate pentru obținerea performanțelor.

Examinările medico-sportive trebuie să fie aplicate pentru toți doritorii de a face sport, sportivi începători, amatori și de performanță. Nu fiecare probă de sport poate fi recomandată pentru orice persoană la orice vârstă. Suprasolicitarea de efort și lipsa abilităților fizice sunt principalele cauze ale morbidității și ale numeroaselor accidente de sport, care pot conduce la leziuni permanente pentru sportivii amatori neexperimentați.

De aceea, este necesar ca o examinare medico-sportivă să precedă fiecare activitate sportivă, informând persoana despre situația actuală a condiției sale fizice, stabilind dacă există motive de a contraindica practicarea unei activități sportive din punct de vedere medical. Examinările medico-sportive includ un spectru clar de investigații necesare și utile pentru o informație corectă a stării fiziologice a unei persoane care se implică într-un proces de activitate sportivă.

Examinările medico-sportive se efectuează în unități medicale specializate și includ următoarele:

- 1) examenul medico-sportiv *inițial*, care are un caracter de selecție medico-biologică;
- 2) examenul medico-sportiv *periodic*, cu rolul de a colecta anamneza medico-sportivă, de a eva-

lua diagnosticul stării de sănătate; evaluarea fizică, funcțională cardiorespiratorie, a capacității de efort (anaerobe și aerobe), evaluarea capacității de anduranță și a capacității de refacere;

3) examenul medical cu caracter de *expertiză medico-sportivă*, solicitată de către antrenor și medicul de lot, în cazul în care sportivul nu mai are randamentul scontat (aici se acordă o atenție deosebită investigațiilor neuropsihice și endocrinometabolice) [7].

Examenul medical complex al sportivilor acumulează o serie de date morfofuncționale, iar în urma acestuia se eliberează avizul medico-sportiv. Acest act reprezintă un document de valoare medico-legală. În avizul medico-sportiv se adună concluziile diverselor examinări, care stabilesc următoarele: diagnosticul stării de sănătate, diagnosticul stării de nutriție și al dezvoltării fizice, diagnosticul stării funcționale și al capacității de efort, indicațiile și contraindicațiile medicale (referitoare la starea de sănătate), medico-sportive și metodico-pedagogice (medicația susținătoare de efort și refacere, regimul alimentar și cel potabil), refacerea și pregătirea biologică de concurs și prognoza performanței biologice și sportive [1].

Este de menționat că întreaga responsabilitate în caz de accidente revine antrenorilor și medicilor care au permis participarea sportivilor la antrenamente și competiții fără viza medicală la zi. De asemenea, o responsabilitate la competiții le revine arbitrilor, care trebuie să verifice viza medicală înscrisă în carnet. Medicii sportivi, dar și sportivii și antrenorii trebuie să acorde o importanță cuvenită examenelor medico-sportive inițiale și periodice, pentru a preveni accidentele în antrenamente și competiții, dar mai ales moartea subită pe terenul de sport.

Anamneza medico-sportivă reprezintă un instrument esențial, și anume: oferă o istorie medicală completă, o istorie medicală recentă; permite identificarea unor probleme medicale, uneori în faza incipientă; oferă medicului un tablou recent al răspunsului la efort specific; depistează simptomele timpurii ale stării de supraantrenament.

În practica medico-sportivă este foarte importantă aplicarea probelor funcționale cardiovasculare. Scopul principal al efectuării unei probe de efort la un sportiv sunt de a măsura aptitudinile individuale și diferențele interindividuale, de a evalua efectele induse de antrenamente asupra capacității de efort, de a putea stabili, pe baze obiective, un program de antrenament și, nu în ultimul rând, de a depista diferite aspecte patologice legate de adaptarea la efort a organismului subiectului testat [6].

Deși fiziologia desemnează limite circulatorii și respiratorii pentru efortul muscular, cel care stabilește granița fragilă dintre înfrângere și victorie este

factorul psihologic, ce determină și cât de mult se apropie atletul de limitele absolute ale performanței. În ultima vreme a început să capete o semnificație din ce în ce mai mare urmărirea intraefort a comportamentului și a unor calități neuropsihice, implicate cu prioritate în efort specific (atenția concentrată și distributivă, psihoreactivitatea, rezistența la stres, spiritul de cooperare și de anticipare, capacitatea de rezolvare a unei sarcini dificile, mai ales în condiții de stres) [7].

Concluzii

Medicina sportivă în Republica Moldova își recapătă locul ei printre alte discipline medico-biologice, iar interesul crescut pentru sport va impune dezvoltarea și fortificarea acestei discipline. Examinările medico-sportive trebuie să devină o necesitate vitală de rutină pentru toți cei care practică exercițiile fizice și sportul.

Astfel, este foarte importantă asigurarea unor servicii de medicină sportivă de calitate înaltă, prin: implementarea unor programe noi de testare a sportivilor conform cerințelor internaționale; implementarea inovațiilor medicinei sportive moderne; elaborarea protocoalelor și ghidurilor de practică medicală; intensificarea cercetărilor științifice în domeniu; dotarea cu tehnologii informaționale integrate.

De actualitate majoră sunt și elaborarea ordinului comun privind aprobarea conceptului de dezvoltare a serviciului de medicină sportivă în activitatea Ministerului Sănătății, Ministerului Tineretului și Sportului și Ministerului Educației al Republicii Moldova; elaborarea Regulamentului serviciului de medicină sportivă în Republica Moldova; elaborarea standardelor/baremelor de dotare a cabinetelor de medicină sportivă etc.

Bibliografie

1. Dragan I. *Medicina sportivă*. București: Editura medicală, 2002, 797 p.
2. Jelamschi N., Nichita S., Ferdohleb A. *Pregătirea specialiștilor în medicină sportivă – realități și perspective*. În: *Materialele Conferinței științifico-practice "Medicina sportivă – clinica omului sănătos"*. Chișinău, 2012, p. 36-39.
3. *Legea cu privire la educația fizică și sport*, nr. 330 din 25.03.1999.
4. *Politica Națională de Sănătate a Republicii Moldova pentru anii 2007-2021*.
5. Ștefaneț Gh. *Fortificarea capacității serviciului de medicină sportivă*. În: *Materialele Conferinței științifico-practice "Medicina sportivă – clinica omului sănătos"*. Chișinău, 2012, p. 5-7.
6. Макаров Г.А. *Актуальные вопросы спортивной медицины: зарубежный опыт*. Москва, 2011.
7. Миронов С.П., Поляев Б.А., Макарова Г.А. *Спортивная медицина*. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013, 1184 с.