

**ATENCIÓN:**  
**Examen médico obligatorio**  
**Para competir en la temporada FAM 2012**

Para renovar el carnet 2012 o federarse, es obligatorio contar con examen médico original correspondiente al corriente año, que deberá ser presentado por los Delegados de las Instituciones en la sede de FAM, a partir del miércoles 25 de enero hasta el viernes 3 de febrero, en el horario de 15.00 a 19.30.

Para ampliar información e imprimir un boceto del certificado médico, consultar en el banner “Examen médico obligatorio”.

**El Examen Médico y el Certificado de Aptitud Física.**

**1) De qué se trata el Examen Médico y Certificado de Aptitud Física?** Luego de un período de concientización y recomendación sobre la conveniencia de que todos los atletas federados realizaran de modo voluntario y periódico exámenes médicos pre-competitivos, el Concejo Directivo de la FAM ha resuelto la obligatoriedad de presentar un *Certificado Médico de Aptitud Física* para obtener o renovar el carnet de federado.

No se trata del típico chequeo de salud, sino que requiere de la evaluación médica realizada por un profesional habilitado y la posterior emisión del certificado de aptitud física, si ello correspondiere según el criterio del médico actuante.

En consecuencia, a partir del 25/01/2012 se exigirá la presentación de dicho Certificado para poder obtener o renovar el carnet de afiliado que habilita la participación del atleta en cualquier competencia oficial organizada o fiscalizada por la FAM y la Confederación Argentina de Atletismo (CADA). También, para poder ingresar a competir y/ó entrenar en las instalaciones del Centro Nacional de Alto Rendimiento Deportivo (CENARD), lugar en que la FAM desarrolla la mayoría de sus torneos.

**2) Cómo se realizará el trámite?**

Consta de 3 pasos muy sencillos:

- Los atletas podrán obtener el modelo sugerido de formulario en las oficinas de la FAM o en la página oficial: [www.webfam.com.ar](http://www.webfam.com.ar)
- Luego, el atleta deberá entrevistarse con su médico personal (preferentemente especialista en Medicina del Deporte), quién luego del examen correspondiente, certificará su aptitud física para realizar actividades deportivas de alto rendimiento o competitivas para el atletismo federado. Debe aclararse que la FAM no realiza exámenes médicos, ni recomienda ni sugiere la elección de profesional alguno.
- Por último, el delegado del club concurrirá a las oficinas de la FAM para revalidar su condición de federado o para obtener su nuevo carnet de federado, debiendo simultáneamente presentar el original del certificado médico de aptitud física. La FAM implementará una base de datos de atletas federados con sus

respectivos certificados médicos, debidamente archivados, y dará aviso a las autoridades del CENARD, en los casos que corresponda. La validez del certificado médico para su presentación ante la FAM deberá corresponder al año 2012 (no se aceptará ninguno con fecha en 2011) y caducará al finalizar el año de su expedición, debiendo renovarse anualmente.

En el caso de los atletas menores de 18 años, deberán adjuntar un certificado firmado por sus padres o tutores, que los autorice a realizar la práctica del atletismo competitivo.

### **3) Por Qué solicitamos el Examen Médico de Aptitud Física (EMAF)?**

El *Examen Médico de Aptitud Física* es un paso fundamental hacia la participación segura en la práctica de deportes como el Atletismo. Es importante comprender que el propósito del EMAF es ayudar al deportista a mantener su salud y seguridad durante los entrenamientos y la competencia. El EMAF no reemplaza el control médico habitual del deportista. Sin embargo, sabemos que en muchas ocasiones el EMAF es el único contacto que el atleta tiene con el médico durante el año. Por ello, recomendamos enfáticamente evitar solicitar la emisión de “certificados médicos de favor”.

### **4) Cuales son los objetivos del Examen Médico de Aptitud Física?**

El EMAF tiene los siguientes objetivos:

- Identificar problemas médicos, sobre todo cardiológicos y ortopédicos, severos que pongan al atleta en riesgo de lesión o enfermedad.
- Identificar problemas corregibles que puedan disminuir la capacidad de rendimiento del atleta.
- Ayudar a mantener la salud y seguridad del deportista.
- Evaluar el nivel de condición física para el deporte y la maduración del atleta.
- Educar a los deportistas y padres acerca del deporte, el ejercicio, las lesiones y otros asuntos relacionados con la salud.
- Cumplir con los requerimientos legales y de aseguradoras.

### **5) En qué consiste el examen médico Pre-Competitivo?**

El EMAF consta de un interrogatorio, el examen físico y los estudios complementarios.

- El interrogatorio es una herramienta importante para identificar problemas que puedan afectar la capacidad para hacer deportes. Éste deberá incluir el estado de vacunación (especialmente contra el tétanos); los antecedentes de pérdida o ganancia excesiva de peso corporal; asma; historia familiar de muertes súbita antes de los 50 años o de enfermedades graves (diabetes, hipertensión arterial); episodios de convulsiones, desmayos o dolor en el pecho durante la actividad; uso de lentes de contacto o prótesis dentales; fracturas; alergias; uso de alcohol, suplementos vitamínicos y otras drogas,

entre otros aspectos.

- El foco del examen físico deberá ponerse en el peso y altura; presión arterial; visión; función cardio-pulmonar; abdomen y genitales; postura; rangos de movilidad articular y fuerza muscular, entre otros.

- La solicitud de exámenes complementarios, como el electrocardiograma, la ergometría, el eco-cardiograma, las pruebas de laboratorio (sangre y orina) variará de acuerdo a la edad del deportista y quedan a criterio del médico.

#### **6) Qué evaluará el médico?**

Luego de un completo interrogatorio y examen físico, el médico determinará si el atleta puede realizar deportes en base a las siguientes preguntas:

- Existe un problema que expone al deportista a un riesgo aumentado de lesión?
- Puede participar de manera segura con un tratamiento apropiado?
- Puede iniciar una participación limitada mientras realiza el tratamiento?
- Si se niega la autorización para ciertas actividades, en qué otra actividad puede participar?
- Se necesita la consulta con otro especialista para responder las preguntas anteriores?

Si el examen no revela nada anormal, el médico firmará el formulario estableciendo que el jugador está autorizado para la práctica deportiva competitiva de alto rendimiento.

#### **7) Que ocurre si el médico encuentra un problema?**

La restricción para practicar el atletismo deberá hacerse en base a claras evidencias objetivas, las cuales deberían ser determinadas de acuerdo a las demandas músculo-esqueléticas, cardíacas y aeróbicas del atletismo. Si la autorización es denegada, deben comunicarse las recomendaciones terapéuticas y de seguimiento. Cada caso debe ser evaluado de manera individual.

#### **8) Cuándo es conveniente realizar el examen médico?**

Se recomienda visitar al médico personal con anticipación suficiente antes de solicitar o renovar el carnet de afiliado a la FAM. Y realizar chequeos dos veces por año.

#### **9) Otras consideraciones importantes.**

Los padres y los atletas deben saber que el Examen Médico no elimina el riesgo de todas las potenciales enfermedades cardiovasculares mortales.

# MODELO DE CERTIFICADO MÉDICO DE APTITUD FÍSICA 2012



CERTIFICO QUE EL Sr.

\_\_\_\_\_  
DNI \_\_\_\_\_, A LA FECHA **NO PRESENTA  
CONTRAINDICACIONES PARA REALIZAR LA ACTIVIDAD FÍSICA Y  
DEPORTIVA DE NIVEL COMPETITIVO Y/Ó DE ALTO RENDIMIENTO, DE  
ACUERDO CON SU EDAD, ENCONTRÁNDOSE EN CONDICIONES DE SALUD  
APTAS PARA DESARROLLAR LA PRÁCTICA DEL ATLETISMO FEDERADO.**

## Datos del Atleta

Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_

Mail: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Nombre y Apellido del Padre o

Tutor: \_\_\_\_\_

*(para atletas menores de 18 años)*

DNI del Padre o Tutor: \_\_\_\_\_

Firma del Padre o Tutor: \_\_\_\_\_

Nombre y Apellido del Médico: \_\_\_\_\_

Número de Matrícula del Médico: \_\_\_\_\_

Firma y Sello del Médico: \_\_\_\_\_

Fecha y Hora \_\_\_\_\_