

MEDICINA DELLO SPORT "SWISS MADE"

P. Jenoure

La vita è movimento (Aristotele)

Introduzione

A voler considerare superficialmente l'argomento, non è che si parli poco della medicina dello sport e dei medici dello sport. Basta leggere il teletext o i quotidiani, in particolar modo le loro pagine sportive, per trovare quasi le cartelle cliniche degli sportivi importanti o le diverse ricette del doping che vanno di moda in quel momento. Analizzando il tema in questo modo, gli specialisti e i suoi protagonisti non possono lamentarsi ma, ovviamente, per i medici seri della disciplina, questa maniera di proporre la medicina dello sport è tutt'altro che corretta e soddisfacente. Guarire il più presto possibile un attore dello show business «Sport» o aiutare l'atleta ad ottenere i migliori risultati con mezzi discutibili non è per niente quello che questa affascinante disciplina è in grado di offrire. Non c'è dubbio, la medicina dello sport accusa un deficit di informazione a livello della popolazione, e non è molto meglio nella comunità medica.

Che cos'è esattamente la medicina dello sport?

Le ragioni di questa mancanza e, si può anche dire confusione, sono co-

me sempre molteplici. La specializzazione coltiva un approccio olistico e non si focalizza come la maggioranza delle altre su un organo, una malattia, un gruppo d'età o un genere specifico. Questa peculiarità rende difficile per le autorità sanitarie e politiche concepire e riconoscere l'importanza di tale specializzazione. Un altro fattore perturbante è da ricercare nel nome stesso: verso la fine del XIX e inizio del XX secolo, quando la disciplina è nata, il termine sport evocava, per un gran numero di persone, l'attività agonistica e quindi, la medicina dello sport è un dominio riservato agli atleti. È per questa ragione che, recentemente, diverse associazioni nazionali hanno aggiunto la qualifica di "Exercise" nel loro nome (da ottobre in Svizzera Sport&Exercise Switzerland/Schweiz/Suisse/Svizra SEMS, in Gran Bretagna BASEM, in Francia SFEMS) per sottolineare l'altro lato meno conosciuto, ovvero l'utilizzazione dell'attività fisica come terapia (e prevenzione). Un altro argomento per spiegare questo costante malinteso è specificatamente svizzero e in relazione al metodo di formazione che verrà spiegato più avanti. Il medico dello sport svizzero è prima di tutto un medico con una sua specializzazione di base, per esempio chirurgo ortopedico o cardiologo, e solo dopo medico dello sport. Questo fatto è importante visto che anche nelle sue attività quotidiane, consacrerà solo una percentuale limitata alla medicina dello sport, riservando la gran parte del tempo alle attività relative alla qualifica di base. Sono pochissimi i medici in Svizzera che praticano solo medicina dello sport.

Alla fine, la medicina dello sport è una specializzazione medica composta che sfrutta le conoscenze e le applicazioni delle specializzazioni mediche classiche e di altri campi come le scienze motorie, la biomeccanica o la psicologia per:

- sfruttare le virtù curative del movimento e degli esercizi per trattare

diverse patologie di pazienti non necessariamente sportivi

- consigliare sportivi di tutte le età nella ricerca di un miglioramento delle loro prestazioni agonistiche (allenamento, alimentazione, recupero, pericolo del doping, attrezzatura per lo sport...)
- trattare problemi di salute in relazione con l'attività sportiva (infortuni, lesioni da sovraccarico, malattie)
- valutare lo stato di salute (idoneità) e la capacità sportiva di una persona che intende praticare sport a livello regolare e intenso
- consigli relativi a condizioni specifiche (gravidanza, sport subacquee...)

Espresso in un'altra maniera, la medicina dello sport e dell'esercizio comprende due argomenti diversi ma correlati. L'obiettivo finale è di promuovere i numerosi benefici dell'attività fisica praticata in maniera regolare e ragionevole per la salute degli sportivi e meno sportivi, con un rischio minimo per la salute.

La situazione in Svizzera fino al 1999

Se è praticamente impossibile sapere se i medici svizzeri della fine del XVIII secolo conoscessero e applicassero i precetti che sottolineano i benefici dell'esercizio fisico sulla salute insegnati da Erodo, il maestro di Ippocrate, passando per Avicenna e Galeno, è innegabile che una forma di medicina dello sport strutturata sia nata nel nostro Paese all'inizio del XX secolo, intorno al 1920. La moderna medicina dello sport decollò in Svizzera all'inizio del XX secolo, sotto l'impulso indiscusso del medico militare turgoviese Wilhelm Knoll (1876-1958). Il dottor Knoll partecipò attivamente allo sviluppo della società tedesca di medicina dello sport, la prima al mondo, ispirò lavori scientifici, organizzò esami medico sportivi per sportivi sul campo (incluse le Olimpiadi invernali

del 1928 a St Moritz), contribuì alla creazione della Federazione di medicina sportiva FIMS, ma soprattutto incoraggiò l'ANEP (l'associazione nazionale per l'educazione fisica) a istituire una commissione medica, prima struttura organizzata della disciplina nel nostro Paese. Pur continuando la sua attività medica personale, guidò questa commissione che ha introdotto i primi esami medico sportivi, organizzato i primi corsi di medicina dello sport e preparato le basi di quella che sarebbe diventata nel 1949 la Società svizzera di medicina sportiva SSMS. Attraverso l'organizzazione di congressi annuali, l'SSMS ha guidato la disciplina al ritmo tranquillo dello sport dell'epoca, ancora puramente amatoriale, ed è stata la debacle olimpica d' Innsbruck nel 1964 e la preparazione dei Giochi estivi nel 1968 a Città del Messico (quota 2250m), che ha dato alla medicina dello sport la spinta essenziale per un maggiore sviluppo. Si moltiplicarono i corsi di formazione, si svilupparono istituzioni private dedicate alla disciplina, furono lanciati tentativi di riconoscimento come specialità (analoghe alla medicina del lavoro) e, anche se fallirono, venne dato loro slancio.

La situazione in Svizzera dal 1999

Dopo vari tentativi falliti di riconoscimento ufficiale da parte dalle autorità mediche, la FMH, organizzazione mantello dei medici svizzeri, ha infine riconosciuto nel 1999 la formazione istituita della SSMS, la Società Svizzera di Medicina dello Sport. La struttura d'aggiornamento proposta dava diritto al medico che aveva seguito il programma di formazione di portare il titolo di "Certificato di capacità in Medicina dello Sport SSMS", rivalutato nel 2015 in quello di "Formazione interdisciplinare approfondita Medicina dello Sport SSMS".

Il primo ciclo di corsi ha avuto luogo nel 2000, e i primi diplomi furono assegnati nel 2001. Come si vedrà bene

1999	151	2005	14	2011	16	2017	24
2000	28	2006	21	2012	18	2018	31
2001	6	2007	11	2013	13	2019	29
2002	6	2008	14	2014	24		
2003	5	2009	16	2015	23		
2004	14	2010	26	2016	13		

Tab. 1: Secondo Statistiche medici FMH: Medici operanti con il primo focus sulla medicina dello sport dopo l'anno di conseguimento del titolo

nella **tabella 1**, molti medici hanno approfittato della fase di transizione che permetteva di ricevere la qualifica sulla base di una lista di attività nel campo della medicina dello sport (dissertazione, pubblicazioni, periodo d'assistenza in una struttura che praticava la medicina dello sport, medico di squadra...), senza corsi e esami.

Le esigenze per l'acquisizione di questo diploma di formazione interdisciplinare approfondita in medicina dello sport sono

- Il possesso di un titolo di medico specialista (Svizzero o straniero, riconosciuto). La denominazione medico pratico non conta!
- La frequenza degli 8 corsi d'aggiornamento di una durata di 3 giorni, organizzati nelle diverse regioni del Paese. È da notare che la capacità di ogni corso non sorpassa i 20/25 partecipanti.
- La riuscita dell'esame scritto (MC) e orale
- l'attestazione di un'attività pratica secondo Logbook SSMS debitamente compilata
- L'attestazione confermata da un

supervisor riconosciuto dalla SSMS di una attività pratica di 6 mesi, al 100% di occupazione, o di 3 anni come medico di federazione o di società sportiva

La prima condizione è la peculiarità svizzera che basa la "specializzazione" in medicina dello sport sulle conoscenze acquisite nella formazione della disciplina di base. La **tabella 2** illustra quali sono le specialità "matri" dei medici dello sport svizzeri. Vista così, la situazione potrebbe sembrare abbastanza soddisfacente. Purtroppo stiamo considerando quei pochi medici interessati per motivi personali e non la maggior parte dei medici che hanno studiato in Svizzera e che praticheranno negli studi del Paese. Considerata l'assenza di insegnamento della disciplina nelle Facoltà di Medicina nazionali, si può fino a un certo punto dire che un medico svizzero classico abbia pochissime conoscenze nel campo, e persino un vero deficit se si ricorda il ruolo eminente del movimento nella conservazione ma anche nel recupero della salute. Questo dato di fatto viene ben

Medicina interna generale	244	Anestesiologia	4
Chirurgia ortopedica	124	Chirurgia della mano	3
Medicina fisica e riabilitazione	68	Prevenzione e salute	2
Reumatologia	32	Medicina intensa	2
Chirurgia generale	23	Chirurgia pediatrica	1
Cardiologia	17	ORL	1
Pediatria	12	Allergologia/Immunologia	1
Pneumologia	7	Medicina del lavoro	1
Endocrinologia/Diabetologia	1		

Tab. 2: Secondo Statistiche medici FMH: medici che lavorano con focus interdisciplinare sulla medicina dello sport (n = 474) per specialità

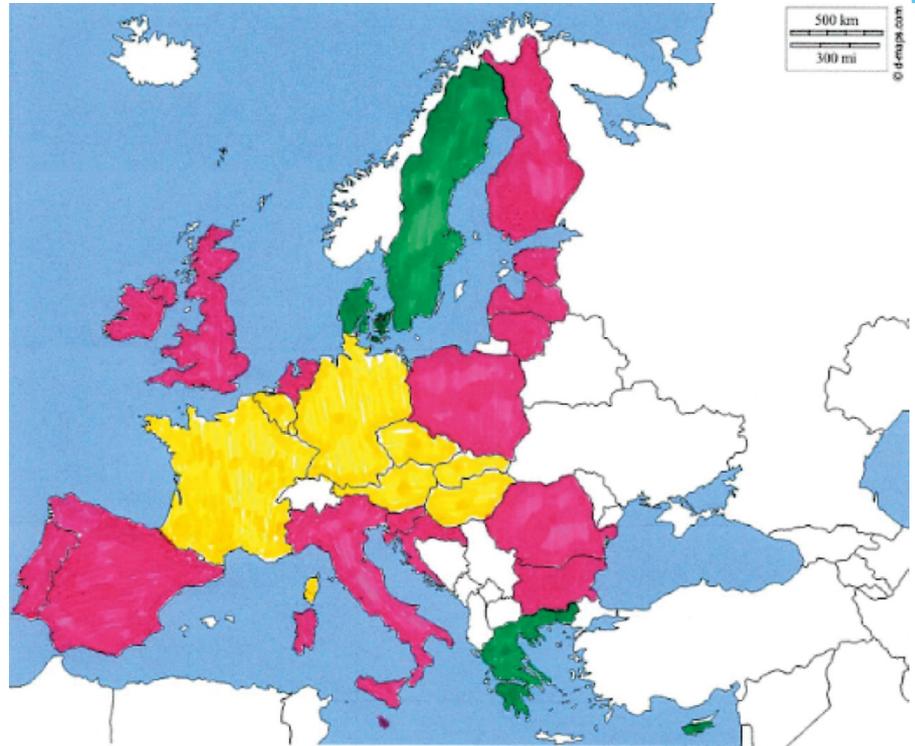
espresso in un recente studio di un giovane medico svizzero che, attraverso un sondaggio presso gli studenti di tutte le facoltà di medicina del Paese è arrivato alla deludente conclusione che la medicina dello sport non veniva insegnata in modo strutturato, con esame finale in nessuna scuola di medicina. Tutto ciò anche se in 4 delle 8 facoltà esiste un modesto insegnamento in relazione con la medicina dello sport, per esempio nell'ambito dei corsi sulla salute pubblica o in forma di corsi ad opzione riservati a un numero ristretto di partecipanti.

La situazione attuale nel modo e più particolarmente nell'Unione Europea

La Figura mostra chiaramente la situazione attuale della medicina dello sport nei paesi dell'Unione: 16 Paesi hanno una specializzazione piena, 8 conoscono una sub-specializzazione e 4 non riconoscono la medicina dello sport. In Norvegia, paese non-UE, molto attivo in medicina dello sport, la situazione è molto simile a quella Svizzera: specializzazione aggiunta a una specializzazione classica di base e acquisibile con dei corsi.

Per quello che riguarda le specializzazioni mediche in generale, esiste un organismo di coordinamento, l'UEMS, l'Unione Europea dei Medici Specialisti. Questo organismo ufficiale sta per riconoscere la Medicina dello Sport al livello richiesto a Bruxelles. Sembra mancare poco al riconoscimento ufficiale che non mancherà di avere conseguenze anche per la Svizzera (libera circolazione!). Invece, è stato recentemente riconosciuto da parte dell'UEMS, il programma di formazione minimo dell'insegnamento della medicina dello sport (Training Requirements for the Speciality of Sports Medicine)

A livello mondiale, sono attualmente 26 i Paesi dove la medicina dello sport è riconosciuta come specialità a



SPORTS MEDICINE SPECIALIZATION IN EUROPEAN UNION (2/10/2019).

A. FULL SPECIALTY- 16 countries

- | | | | | |
|-------------|--------------------|-------------|---------------|--------------------|
| 1. Finland | 2. The Netherlands | 3. Latvia | 4. Italy | 5. Slovenia |
| 6. Bulgaria | 7. Romania | 8. Portugal | 9. Spain | 10. Malta |
| 11. Ireland | 12. Poland | 13. Croatia | 14. Lithuania | 15. United Kingdom |
| 16. Estonia | | | | |

B. SUB-SPECIALTY- 8 countries

- | | | | | |
|------------|---------------|-------------------|------------|-------------|
| 1. Austria | 2. Belgium | 3. France | 4. Hungary | 5. Slovakia |
| 6. Germany | 7. Luxembourg | 8. Czech Republic | | |

C. NOTHING - 4 countries

- | | | | |
|-----------|-----------|-----------|------------|
| 1. Sweden | 2. Greece | 3. Cyprus | 4. Denmark |
|-----------|-----------|-----------|------------|

sé stante. Tuttavia, come presentato in diversi studi, la situazione dell'insegnamento della medicina dello sport nei Paesi europei vicini non è molto più favorevole.

Discussione

Dalle statistiche 2019 della FMH, si apprende che sul numero totale di

38'000 medici praticanti in Svizzera, 52% lo fanno in studio e 46.5% in ospedali o cliniche, mentre che l'1.5% lavora nell'industria o nell'amministrazione. Analizzando la ripartizione nelle varie specialità, si può affermare che circa 16'000 di tutti questi medici hanno un'attività che permetterebbe di trasmettere be-

ne al paziente delle informazioni sui benefici per la salute di una attività fisica regolare. Anche i circa 2400 chirurghi e ortopedici si ritrovano in questa posizione, senza escludere in fin dei conti che i colleghi delle altre specialità possono anche rivestire questo ruolo importantissimo, anche se la loro pratica è più distante da questa preoccupazione. Di fronte alla pandemia dovuta all'inattività fisica a livello mondiale e in cui la Svizzera e i suoi cittadini più giovani non vengono risparmiati, il contributo di questi circa 20.000 medici per diffondere le conoscenze relative ai benefici di un'attività fisica regolare e adeguata sarebbe essenziale. Ma senza le conoscenze specifiche per farlo, l'obiettivo più che lodevole è destinato al fallimento e il possibile contributo al controllo dei costi sanitari non sarà neppure menzionato.

Conclusioni

È davvero sorprendente che nel XXI secolo, nel nostro Paese, che vanta una delle migliori medicine del pianeta, non vi sia un solo istituto di

medicina dello sport in almeno una delle nostre facoltà di medicina e soprattutto che l'insegnamento delle virtù del movimento e dell'esercizio fisico (per usare il nome frequentemente adottato in aggiunta a quello dello sport legato alla medicina) non esista per gli studenti di medicina svizzeri, indipendentemente da dove realizzino la loro formazione. Se il sistema sanitario svizzero vuole (finalmente) beneficiare dei numerosi effetti positivi sulla salute derivanti da un'attività fisica ragionevole e misurata, scientificamente dimostrata, e di conseguenza anche dei più che favorevoli effetti finanziari che tale prescrizione genererebbe, allora è giunto il momento, anche urgente, di stabilire, a livello accademico, una medicina per lo sport e l'esercizio fisico in grado di diffondere la massa di conoscenze disponibili sul tema nel modo più ampio possibile. Il beneficio sarà più che significativo dato l'effetto non solo terapeutico ma anche preventivo dell'attività fisica regolare su tutta la popolazione.

Dr.med. Peter Jenoure
Ars Ortopedica, Ars Medica Clinic
6929 Gravesano

Bibliografia a richiesta

studiojenoure@bluewin.ch