

Per approfondire al meglio la tematica legata alla prevenzione e alla sicurezza nello sport abbiamo chiesto l'opinione di un esperto in materia

GIANLUCA ZANARDI

Laureato in Medicina e Chirurgia, il dott. Fabio Volontè è un medico d'urgenza presso la Croce Verde di Lugano, in Svizzera, specializzato in Anestesia e Rianimazione. Dal 2014 è socio aggregato della Federazione Medico Sportiva e dal 2015 fa parte del Soccorso Alpino. Inoltre, dall'anno scorso ha iniziato una collaborazione con la Guardia Costiera Italiana per le attività di elisoccorso presso la base del 1° reparto volo di Sarzana Luni



# Meglio prevenire che curare

**Che tipo di attività svolge nell'ambito sportivo?**

Devo dire che la mia passione per le assistenze sanitarie nello sport nasce da un evento non molto felice. Era il 1° maggio del 1994 quando il mio "idolo sportivo", Ayrton Senna, perdeva la vita a Imola. Io seguii la scena dell'incidente in televisione e quando vidi i soccorsi arrivare, ricordo di aver pensato che quello doveva essere il mio futuro. Dopo la Laurea ho mosso i primi passi nel ciclismo seguendo l'assistenza sanitaria Giro d'Italia e a poca distanza di tempo mi si è presentata l'occasione di collaborare nei campionati del mondo WRC in Sardegna e in tutte le edizioni del GP di F1 a Monza. A questo si è unito nel tempo il lavoro con il soccorso alpino soccorso alpino per il quale mi sono occupato di diverse assistenze in manifestazioni in montagna e in pista.

Attualmente ho all'attivo quasi 500 assistenze mediche in manifestazioni ed eventi in diverse discipline sportive.

**Cosa prevede la norma italiana su prevenzione e sicurezza nello sport? Esiste una legge specifica a riguardo?**

Il ruolo determinante della prevenzione del rischio sportivo, della corretta conoscenza delle procedure da adottare in caso di urgenza e dell'utilizzo di un defibrillatore semiautomatico, nel caso una persona sia colpita da arresto cardiaco, è ormai riconosciuto da tutti. A conferma dell'importanza della presenza di un DAE in loco, il Governo italiano ha emanato un apposito decreto che obbliga per legge le società sportive a dotarsi di defibrillatori semiautomatici. Il Ministro della Salute Renato Balduzzi ha firmato nel 2013 uno specifico decreto in materia di salute e sport inerente alla dotazione e all'utilizzo

di defibrillatori semiautomatici e di altri dispositivi salvavita e alla disciplina delle certificazioni sportive non agonistiche e amatoriali.

**Perché è importante la presenza di un DAE e di altre apparecchiature per il primo soccorso in strutture come circoli sportivi e Centri Fondo?**

La letteratura scientifica internazionale ha ampiamente dimostrato che, in caso di arresto cardiaco, un intervento di primo soccorso tempestivo e adeguato contribuisce a salvare fino al 30% in più delle persone colpite. Oltre all'applicazione delle compressioni toraciche esterne, deve seguire l'utilizzo di un defibrillatore semiautomatico esterno, che consente anche a personale non sanitario specificamente formato di erogare la scarica elettrica. Perché ciò avvenga, è necessario, però, che il DAE sia posizionato all'interno

dell'area sportiva. L'intervento di soccorso del sistema di emergenza 118, allertato e arrivato nel frattempo sul posto, completerà poi la catena della sopravvivenza. Oltre all'obbligo di legge per le società sportive professionistiche e non, il Decreto Balduzzi evidenzia, inoltre, l'opportunità di dotare di un defibrillatore semiautomatico anche centri sportivi, palestre, e tutti i luoghi che ospitano attività che interessano in un qualche modo l'apparato cardiocircolatorio. Quindi anche i centri fondo non fanno eccezione.

**Oltre a essere in possesso di un defibrillatore, è necessario che ci sia anche qualcuno in grado di usarlo nel modo corretto. Il personale delle strutture sportive è obbligato a seguire dei corsi? Se sì, in quali termini?**

In termini di legge ogni centro fondo o centro sportivo generico, dovrebbe avere il defibrillatore a disposizione e, ovviamente, ogni associazione sportiva che svolge delle attività, come per esempio una scuola fondo, dovrebbe avere istruttori abilitati all'uso di tali dispositivi. Enti come Federazione Medico Sportiva in collaborazione con il Coni organizzano corsi di primo soccorso con utilizzo del defibrillatore che non si limitano solo all'aspetto cardiologico, ma tratta tutte le urgenze nella pratica sportiva. Fortunatamente l'arresto cardiaco è un evento raro a cui però bisogna esser ben preparati.



**Quello della prevenzione e della sicurezza nello sport è un argomento che troppo spesso non ha la dovuta importanza finché non ci sono casi di grande scalpore o eventi che ci toccano in prima persona. Come fare, a suo parere, per sensibilizzare le persone su un tema tanto importante?**

In Italia per poter avere il defibrillatore in tutti i centri sportivi c'è voluta una legge che ne imponesse l'acquisto. In Norvegia e in Svizzera è stata lanciata una campagna che dimostra al cittadino l'importanza del defibrillatore nel salvare la vita e ha riscosso molto più successo dell'obbligo imposto. Tutti vorremmo che un defibrillatore rimanesse fermo a fare la polvere, ma manca la consapevolezza del fatto che si tratta di uno strumento che serve veramente a salvare la vita delle persone.

**C'è un episodio del suo lavoro in ambito sportivo che possa far capire l'importanza della questione?**

Certo, spesso gli esempi valgono più di mille parole. Un'estate, nel corso di un turno in automedica, arriva una chiamata per un ragazzo di 25 anni a terra in un campo da basket per sospetto arresto cardiaco. Arriviamo in 6 minuti e una volta sul posto vedo il defibrillatore già aperto e correttamente posizionato. Mi faccio largo tra i ragazzi presenti e vedo il giovane colto precedentemente da arresto cardiaco che vedendomi mi chiede: cos'è successo? Era successo che l'arresto era stato riconosciuto subito dai compagni (che avevano fatto un corso sul luogo di lavoro) così che gli stessi avevano cominciato a praticare il massaggio cardiaco subito e usato il defibrillatore presente negli spogliatoi. Sono storie come questo il miglior metodo di sensibilizzazione.



**Esiste qualche aspetto particolarmente importante della sicurezza nello sport di cui si parla meno rispetto ad altri?**

Un aspetto che ad oggi richiede una vera revisione normativa è l'assistenza sanitaria durante le manifestazioni sportive. Troppo spesso gli eventi definiti "minori", pur avendo lo stesso indice delle manifestazioni più grandi, non hanno le necessarie tutele per gli atleti. Personale medico e paramedico non preparato adeguatamente alla disciplina, norme federali non univoche e, ahimè, la perenne ricerca del risparmio da parte degli organizzatori.

**Quali consigli può dare ai fondisti che leggono la nostra rivista per essere più sicuri e più consapevoli prima e durante le ore passate in pista?**

La cosa più importante è quella di essere consapevoli di se stessi e dei propri limiti ed essere obiettivi sui risultati che vogliamo ottenere. Dobbiamo saper ascoltare il nostro corpo e i messaggi che ci trasmette prima, durante e dopo l'esercizio fisico. Come seconda cosa la prevenzione cardiovascolare negli atleti è fondamentale. La visita medico-sportiva non deve essere il fine per ottenere il timbro sul certificato ma deve essere il primo step per una cura di noi stessi nel benessere sportivo. Pretendere e ricercare un vero check-up medico sportivo deve essere prerogativa di tutti noi amanti dello sport. Come terza e non ultima, tutti noi dovremmo frequentare un corso per le urgenze in ambito sportivo per poter esser pronti ad aiutare i nostri amici con cui condividiamo le nostre uscite così come loro possono essere di aiuto a noi in caso di bisogno. ✨