Autor: Maria Inês Pereira da Silva, Jorge Rocha Melo, Ana Margarida Marques

Última atualização: 2018/07/25

Palavras-chave: Medicina Desportiva, Desporto, Atleta

Resumo

O Exame Médico Desportivo é um instrumento importante para avaliação de todos os atletas. É realizado uma vez por ano e é obrigatório para os praticantes desportivos inscritos no regime de alto rendimento e para os praticantes desportivos, árbitros, juízes e cronometristas filiados ou que se pretendam filiar numa Federação Desportiva.

O Exame Médico Desportivo pode ser efetuado por qualquer médico, exceto nos atletas de alto rendimento e nos casos de sobreclassificação de um atleta para além do escalão imediatamente superior ao da sua idade, onde tem de ser realizado nos Centros de Medicina Desportiva.

O Exame Médico Desportivo inclui os dados da história clínica, do exame físico e a realização de um eletrocardiograma, registados num formulário próprio.

Exame Médico Desportivo

O **Exame Médico Desportivo** é importante para avaliar a aptidão, com ou sem restrições, dos atletas para a sua prática desportiva.

Tem por objetivo verificar o estado de saúde do atleta, procurando doenças que possam ter risco significativo de morte súbita, como as doenças do coração (mais frequentemente a miocardiopatia hipertrófica e a displasia arritmogénica do ventrículo direito).

Para quem é que o Exame Médico Desportivo é obrigatório?

O **Exame Médico Desportivo** é obrigatório para os praticantes desportivos inscritos no regime de alto rendimento e para os praticantes desportivos, árbitros, juízes e cronometristas filiados ou que se pretendam filiar em Federações Desportivas.

Em Portugal, e noutros países, não é obrigatório realizar o Exame Médico Desportivo para a prática de atividade física não filiada (como por exemplo para frequentar ginásios, participar em corridas) ainda que isso não exclua a importância de uma avaliação médica antecipada.

Quem pode realizar o Exame Médico Desportivo?

Qualquer médico pode realizar o exame médico desportivo desde que se sinta habilitado a atestar a aptidão para a prática desportiva.

Nos atletas de alto rendimento e nos casos de sobreclassificação do atleta para além do escalão imediatamente superior à sua idade, o exame médico desportivo deve ser realizado nos **Centros de Medicina Desportiva**.

Com que periodicidade deve ser realizado?

O Exame Médico Desportivo deve ser feito com uma **periodicidade anual**, sendo realizado pela primeira vez no momento da inscrição do atleta e renovado todos os anos no seu mês de aniversário.

É necessário um impresso próprio?

Sim. Existe um formulário próprio para atestar a aptidão para a prática desportiva, que pode ser obtido no sítio do Instituto Português do Desporto ou pode ser obtido nos Centros de Medicina Desportiva.

Consta de uma primeira parte em que o atleta (ou o seu representante) identifica eventuais situações de risco para a prática desportiva e assina sob compromisso de honra a veracidade das declarações, e de uma segunda parte preenchida pelo médico que integra elementos da história clínica, do exame físico e de exames auxiliares quando necessários.

O que inclui o Exame Médico Desportivo?

Em Portugal, o Exame Médico Desportivo inclui a realização da história clínica, do exame físico e do eletrocardiograma (ECG), num total de 13 itens de avaliação.

A primeira parte do Exame Médico Desportivo diz respeito à **identificação** de eventuais **situações de risco** para a prática desportiva e é de autopreenchimento pelo atleta (ou o seu representante legal), que assina sob compromisso de honra a veracidade das declarações.

A segunda parte é preenchida pelo médico e foca os **dados da história clínica** do atleta, nomeadamente antecedentes familiares, pessoais e desportivos. É de extrema importância perceber a existência de casos de morte súbita na família e se o atleta tem sintomas como palpitações, síncope, dor no tórax ou falta de ar. Estas podem levantar a suspeita de doenças que eventualmente coloquem o atleta em risco e possam contraindicar a prática desportiva.

No **exame físico**, é avaliada a biometria, com peso e altura do atleta. Do exame ectoscópico faz parte a avaliação de alterações da pele, alterações músculo-esqueléticas e varizes. Doenças de pele infectocontagiosas, suscetíveis de transmissão por contacto direto (como a escabiose, por exemplo) contraindicam a prática desportiva temporariamente. Realiza-se também o exame oftalmológico, sendo que os atletas com défices visuais significativos ou com visão nula num dos olhos têm que usar protetores oculares para a prática de desportos de risco (basebol, hóquei, artes marciais), pelo que são aptos com essa restrição. No exame de otorrinolaringologia, será avaliada a audição e também a presença de doenças dos seios perinasais e dos ouvidos que possam contraindicar atividades subaquáticas ou aéreas. O exame da boca e dentes permite excluir a presença de cáries não tratadas, uma vez que a presença de focos infecciosos pode impedir a normal recuperação de lesões musculares. No exame abdominal, é muito importante excluir a presença de um fígado ou baço volumosos contraindicam a prática de desportos de contato. É realizado também o exame génito-urinário, com foco na idade da primeira menstruação e nas alterações menstruais. No exame cardiorrespiratório, é realizada a medição da pressão arterial, a palpação dos

pulsos radial e femoral, a frequência cardíaca, e a auscultação cardíaca e pulmonar, avaliando a presença de doenças que possam apresentar risco para o atleta.

Por último, são avaliados e registados os **exames complementares de diagnóstico**, nomeadamente o eletrocardiograma.

Existem substâncias de uso proibido nos atletas?

Sim, existem algumas substâncias cujo uso em desportistas é proibido e estas encontram-se discriminadas na **?Lista de Substâncias e Métodos Proibidos?**, disponível para consulta online no site da [Autoridade Antidopagem de Portugal](#). Algumas medicações de usos comum são proibidas ou obedecem a precauções especiais pelo que é importante que se faça acompanhar da sua medicação habitual aquando da realização do Exame Médico Desportivo, pois o médico poderá solicitar a [autorização para utilização terapêutica](#), que justifica a medicação.

Conclusão

O Exame Médico Desportivo é uma ferramenta importante para avaliação dos atletas, devendo ser realizado anualmente. É uma medida preventiva essencial na proteção da saúde dos atletas, promovendo uma prática desportiva segura.

Referências recomendadas

- [Instituto Português do Desporto e Juventude - Medicina Desportiva](#)
- [Autoridade Antidopagem de Portugal](#)
- [Sociedade Portuguesa de Medicina Desportiva](#)
- [The International Olympic Committee](#)

[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale connosco](#) *****

[Maria Inês Silva](#) • [Jorge Rocha Melo](#) • [Ana Margarida Marques](#)