

Contraindicacions
per a la pràctica
esportiva **5**

Absolutes 5.1

- Infeccions agudes generals o localitzades fins al seu guariment.
- Malalties neurològiques que alterin greument la coordinació nervo-muscular.
- Alteracions greus de la visió (desprendiment de retina).
- Oïda: processos vestibulars amb afectació de l'equilibri.
- A. circulatori: miocardiopaties
 - hipertensió arterial severa
 - malformacions cardíques i/o de grans vasos, congènites o adquirides, que suposin una important repercussió hemodinàmica.
- Insuficiència renal.
- Hepatopaties cròniques.

Relatives 5.2

SISTEMA AFECTAT	PATOLOGIA	ESPORTS CONTRAINDICATS
1) Nerviós	epilèpsia	natació, escalada, vela, ciclisme, patinatge
2) A. respiratori	insuficiència respiratòria	alta muntanya, esports que requereixin esforç intens, agonístic
3) A. circulatori	hipertensió arterial trastorns del ritme cardíac cardiopaties compensades	esports marcial, halterofília, esports que requerixin esforç intens
4) Abdomen	hepatoesplenomegalia hèrnies	esports de xoc esports de xoc halterofília, esports marcial
5) Colum. vertebral	desviacions de l'eix antero-posterior de la columna (cifosi, lordosi) desviacions de l'eix transversal (escoliosi) ang. -15° escoliosi ang. $+15^\circ$	ciclisme, rem, halterofília salts palanca, hoquei, vela, esports marcial, dansa, gimnàstica (esportiva, rítmica), patinatge i a més a més dels anteriors, tots aquells que siguin asimètrics
6) Visió	absència o dèficit visual intens d'un ull, miopia severa	esports de xoc algunes especialitats atlètiques (tanques, salt d'alçada), patinatge, ciclisme, gimnàstica, escalada
7) ORL	sordera severa, sinusitis i otitis	esports de xoc, alta muntanya, salts palanca

SISTEMA AFECTAT	PATOLOGIA	ESPORTS CONTRAINDICATS
8) Gènito-urinari	ronyó únic, agenèsia testicular, criptorquídia	esports de xoc
9) Altres	coagulopaties	esports de xoc

- Nadal, G. L'EDUCACIO FISICA A L'ESCOLA. Ed. 1980
- Cirques pediàtrics de Nutrició, MEDICINA DEL DEPORTE, Vol. 8792, El Internacional
- Cirques pediàtrics de Nutrició, ENDOCRINOLOGIA PEDIATRIKA, Vol. 8799, El Internacional
- Esguerra, J.M. LE SPORTS ET L'ENFANT IN. Elsevier, 1980
- Madaix, Chusca. LE MEDICIN, L'ENFANT ET LE SPORT, 1984
- Llorens, Michel M.D. PEDIATRIE AMY ADOLESCENT SPORTS MEDICINE, 1984
- XI CONFERENCIA NACIONAL DE LA SOCIEDAD CATALANA DE PEDIATRIA. ASAMBLA DE LA SOCIEDAD CATALANA DE PEDIATRIA. Igualada, 1981
- II Jornades Internacionals de Medicina i Esport a Girona. L'ENFANT A L'ESPORT, 1981
- Esguerra, J. Primer curso de Medicina del deporte. Laboratorios Peasa, 1982
- Orús, P. EDUCACIO PSICOMOTRIU. Nova Terra. Edicions EL, 1982
- Orús, P. i Llorens, G. COMO HACER LA EDUCACION FISICA Y RECOMENDRE EL buen Comer y Deporte. S.A. 1981
- Orús, P. i Llorens, G. LA ACTIVIDAD MOTRIZ. Editorial Guixot, 1981
- EXAMENS DE SALUT ESCOLAR. Servei de promoció de la salut. Generalitat de Catalunya
- Prat i Subirana, J.A. LA BATERIA SUICIDA CATALANA. Noves tècniques esportives. Direcció General de l'Esport de la Generalitat de Catalunya, 1981
- Jago, Jansia, J.F. PSICOLOGIA Y FISIOPATOLOGIA DEL DEPORTE. Pruebas deportivas, 1983
- Molinero, J. Documentos

- Nadal, G. L'EDUCACIÓ FÍSICA A L'ESCOLA. Ed. Laia 1980.
- Clínicas pediàtriques de Norteamérica. MEDICINA DEL DEPORTE. Vol. 6/1982. Ed. Interamericana.
- Clínicas pediàtriques de Norteamérica. CARDIOLOGÍA PEDIÀTRICA. Vol. 6/1984. Ed. Interamericana.
- Burgeois J.M. LE SPORT ET L'INFANT. Ed. Euromed, 1980.
- Mandel, Christian, LE MEDECIN, L'ENFANT ET LE SPORT. 1984.
- Lyle J. y Micheli M.D., PEDIATRIC AND ADOLESCENT SPORTS MEDICINE. 1984.
- XI JORNADA NACIONAL DE LA SOCIETAT CATALANA DE PEDIATRIA. Butlletí de la Societat Catalana de Pediatria. Juliol-agost, 1984.
- III Jornades Internacionals de Medicina i Esport a Granollers: L'ESPORT A L'EDAT ESCOLAR. Juny, 1985.
- Balagué, A., Primer curso de Medicina del deporte. Laboratorios Pensa. 1983.
- Ódena, P., EDUCACIÓ PSICOMOTRIU. Rosa Sensat - Edicions 62, 1983.
- Campon F. y Lietaud J., ¿CÓMO HACER? LA EDUCACIÓN FÍSICA Y PSICOMOTRIZ. Editorial Médica y Técnica, S.A., 1981.
- Ortega E. y Blázquez D. LA ACTIVIDAD MOTRIZ. Editorial Cincel, 1982.
- EXÀMENS DE SALUT ESCOLAR. Servei de promoció de la salut. Generalitat de Catalunya.
- Prat i Subirana, J.A., LA BATERIA EUROFIT A CATALUNYA. Noves tècniques esportives, Direcció General de l'Esport de la Generalitat de Catalunya, 1986.
- Iñigo Barrera, J.F., FISIOLÓGIA Y FISIOPATOLOGÍA DEL ESFUERZO. Pruebas ergométricas, 1983.
- Mellerovich: Ergometria.



MANUAL D'EXÀMENS D'APTITUD ESPORTIVA

Grup pediàtric per a l'estudi de l'educació física i l'esport



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Direcció General de l'Esport