



FEDERACIÓ CATALANA DE RUGBY

CERTIFICAT MÈDIC ESPORTIU TEMPORADA 2021-2022

La valoració de l'aptitud medico-esportiva és un element de seguretat indispensable per tal de realitzar l'exercici físic de forma saludable i segura.

Tal i com s'ha fet en les temporades anteriors, per la temporada 2021-22, serà indispensable adjuntar el CME (Certificat Mèdic Esportiu) en el Formulari de Federat de l'aplicació de llicències abans de tramitar qualsevol llicència de jugador/a, i el qual haurà de romandre en dipòsit al club i a disposició de la FCR en qualsevol moment.

Aquells federats que la temporada 2020-21 van adjuntar un CME vàlid no caldrà que adjuntin el CME aquesta temporada, ja que la seva validesa és fins el 31/07/2023

El clubs poden consultar la data de validesa del CME a través del programa de gestió de llicències de Playoffinformatica a la columna "Data Validesa Cert.Mèdic" que hi ha dins la pestanya de "Federats amb Adjunts" de l'aplicació.

Nom federat	Cognoms Federat	Tipus Adjunt	Estat	Data introducció	Data Validesa Cert.Mèdic	Descripció
[Redacted]	[Redacted]	Certificat mèdic	Validat	13-12-2018	31-07-2021	
[Redacted]	[Redacted]	Certificat mèdic	Validat	14-12-2018	31-07-2021	
[Redacted]	[Redacted]	Certificat mèdic	Validat	14-12-2018	31-07-2021	
[Redacted]	[Redacted]	Certificat mèdic	Validat	21-12-2018	31-07-2021	

El CME haurà d'estar degudament omplert, signat i segellat pel Metge col·legiat que realitzi la revisió mèdica. Sense aquest requisit, no es validarà la llicència i per tant el jugador/a **NO PODRÀ PARTICIPAR EN CAP COMPETICIÓ**.

“No s'acceptaran certificats mèdics laborals, d'altres esports, o aquells que continguin informació mèdica de qualsevol tipus (Electrocardiograma, Alçada, Pes...)”

Només cal adjuntar el Certificat en format PDF. No s'admetrà cap CME que contingui informació mèdica personal, perquè és CONFIDENCIAL i per tant l'única persona que en pot tenir accés és el propi interessat/da.

Si la documentació adjuntada no fos correcte i no fos esmenable, o bé s'hagués falsejat s'aplicarà l'establert al Reglament Jurisdiccional de la FCR en la data de validació de la llicència.

Per aquesta temporada serà necessari fer un reconeixement mèdic de TIPUS I. Tot i això, la FCR aconsella seguir les recomanacions de la Guia de Valoracions Funcionals Medicoesportives de la Generalitat de Catalunya i l'Organització Mèdica Col·legial, que fa referència als següents models d'aptitud. (Taula adjunta)



FEDERACIÓ CATALANA DE RUGBY

Recordem que el fet de realitzar la revisió mèdica NO és únicament una formalitat sinó que és també una NECESSITAT, i alhora, un benefici pels esportistes ja que ajuden a practicar l'esport amb la màxima seguretat possible.

Models de Revisió Mèdic Esportiva

Exploracions i recomanacions per signar una fitxa d'aptitud esportiva



Competició - Amateur	Tipus I	Tipus II	Tipus III
Edat	Fins a 16 anys	Entre 16 i 35 anys	35 o més anys
Exercici físic/ Esport	Tots els esports	Esports tipus ① i no federats amb 7 o més hores/setm.	Tots els esports
Anamnesis personal *	X	X	X
Anamnesis familiar *	X	X	X
Exploració cardiològica *	X	X	X
Exploració física per aparells *	X	X	X
Exploració aparell locomotor	X	X	X
Proves complementàries			
Electrocardiograma *	X	X	X
Eocardiograma (p)	**	***	****
Espirometria	com a mínim Peak Flow	X	X
Antropometria bàsica	X	X	X
Antropometria ampliada		**	**
Ergometria (valoració funcional)	**	X	X
Avaluació de gasos espirats		**	**
Documentació			
Consentiment informat	X	X	X
Informe mèdic esportiu	X	X	X
Certificat mèdic esportiu	X	X	X
Temps aproximat			
Temps aproximat	20-30 minuts	30-45minuts	45-60 minuts
Validesa	2 anys	2 anys	1 any



FEDERACIÓ CATALANA DE RUGBY



FEDERACIÓ CATALANA DE RUGBY

Certificat Mèdic Esportiu (CEM)

Dades de l'esportista

Nom i Cognoms

NIF

Nom i cognoms del representant legal (només per a menors d'edat)

NIF

Dades de la valoració funcional medico esportiva

Proves mèdiques (Cal marcar-ne les realitzades i/o, si escau, afegir-ne altres)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> <u>Antecedents personals i familiars</u> | <input type="checkbox"/> <u>Antropometria</u> |
| <input type="checkbox"/> <u>Exploració aparell locomotor</u> | <input type="checkbox"/> <u>Exploració respiratòria</u> |
| <input type="checkbox"/> <u>Exploració cardiovascular</u> | <input type="checkbox"/> <u>Electrocardiograma</u> |
| <input type="checkbox"/> <u>Prova d'esforç</u> | <input type="checkbox"/> <u>Altres</u> |

Indicacions per a la pràctica d'exercici físic en funció dels resultats de les proves mèdiques. (No es poden fer constar resultats mèdics de les proves realitzades)

- Sense contraindicacions aparents per a la pràctica d'exercici físic i/o esport
- Amb limitacions específiques per l'exercici físic (s'inclou informe mèdic de prescripció d'exercici)
- Contraindicació absoluta per a la pràctica esportiva

Observacions

Dades del metge o metgessa declarant

Nom i cognoms

Col·legi

Núm. Col

Especialitat

Signatura i segell (El certificat no serà vàlid sense la signatura i segell del metge)

Lloc i data

Es obligatori adjuntar el CME a l'aplicació de llicències per tramitar les llicències de jugadors/es. Aquest haurà de romandre dipositat al club de l'esportista i a disposició de la FCR.