

En el moment d'ajuntar el CME l'aplicació presentarà el desplegable "Anys validesa Certificat Mèdic" en el que s'haurà d'escollir "1 o 2 anys" d'acord amb la casella marcada al certificat.

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

En aquest sentit, l'FCBQ 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:

### RECONeixEMENT MÈDIC ESPORTIU TIPUS I:

**Objectius:** Es valora l'aptitud per a fer esport i s'aconsellen les pràctiques més adients en funció de l'estat de salut i dels objectius personals.  
Indicada en esportistes menors de 13a (fins a infantils)

**Contingut:**

- ✓ Antecedents personals i familiars.
- ✓ Antropometria : valoració pes, alçada i percentatge de greix.
- ✓ Exploració aparell locomotor i flexibilitat
- ✓ Exploració respiratòria amb espirometria
- ✓ Exploració cardiovascular amb electrocardiograma i mesura tensió arterial
- ✓ ❶ Informe mèdic i esportiu on es reflecteixen les troballes i resultats de les exploracions realitzades, així com les recomanacions per a la pràctica d'activitat física.

### RECONeixEMENT MÈDIC ESPORTIU TIPUS II:

**Objectius:** Es valora la condició física i l'adaptació a l'esforç i s'aconsellen les pràctiques més adients en funció de l'estat de salut i dels objectius personals.  
Indicada en esportistes majors de 14a (a partir de cadets)

**Contingut:**

- ✓ Exploracions del Reconeixement Mèdic tipus I
- ✓ Prova d'esforç indirecta en cicloergòmetre amb monitorització i control de la tensió arterial
- ✓ ❶ Informe mèdic i esportiu on es reflecteixen les troballes i resultats de les exploracions realitzades, així com les recomanacions per a la pràctica d'activitat física

Per a qualsevol aclariment us podeu posar en contacte amb el Departament de Llicències Telèfon 93 396 66 35

**❶ Aquest informe no s'ha de presentar a l'FCBQ donat que es un informe individual i conté informació CONFIDENCIAL, per tant l'única persona que en pot tenir accés es el propi interessat.**

Barcelona, 2 de juny de 2015

Signat l'original: Toti Mumbrú  
Gerent