

Sobre a avaliação médica para a prática de exercícios (APP)

Diretor da Sociedade Brasileira de Medicina do Exercício e do Esporte (SBMEE) aborda a necessidade da avaliação médica



Há uma série de dúvidas sobre a Avaliação Pré Participação (APP). Em Curitiba, onde moro, foi promulgada uma lei em 2010 que estabelece a obrigatoriedade de academias, clubes e similares de cobrarem um atestado médico de seus alunos, sócios e clientes. Independente de haver uma lei, vale lembrar que as sociedades brasileiras de Medicina do Exercício e do Esporte e também de Cardiologia recomendam a Avaliação Pré Participação (APP).

Quando vemos pessoas se envolvendo com práticas esportivas moderadas a intensas, devemos alertá-las sobre o chamado “paradoxo do exercício”, que diz que a prática regular de exercícios é uma das iniciativas mais importantes para trazer uma boa condição de saúde. Contudo, uma pessoa portadora de uma doença cardiovascular que pode estar silenciosa, que se submeta a uma atividade intensa estará sujeita a um risco maior de ter um evento cardiovascular, um infarto ou uma parada cardíaca, por exemplo, do que se ela ficar em repouso.

Isto quer dizer que se queremos praticar atividades físicas mais intensas, temos de saber de nossas condições de saúde, e isto se faz através da APP. A APP não deve ser vista como uma garantia contra um mal súbito, mas sim como algo que reduz o risco de que estas fatalidades ocorram.

Além disso, uma APP bem feita fornece preciosas informações sobre o nível de condicionamento do avaliado, o que permite uma prescrição mais individualizada de exercício e, conseqüentemente, melhores resultados, por exemplo, para aprimorar o condicionamento ou auxiliar no controle de peso.

Recentemente fomos informados sobre uma proposta de projeto de lei do Senador Romário, no qual se extingue a obrigatoriedade de uma avaliação médica para a prática de exercícios físicos. Este projeto de lei conta com o apoio de grandes redes de academias. Acredito que este seja um momento apropriado para se estimular um amplo debate sobre a questão, debate este encabeçado pelas instituições que regem as profissões de Educação Física e Medicina, que são seus conselhos federais.

Existem diversos argumentos a favor e contra a implementação da APP. Assim, se quisermos usar um ou dois exemplos internacionais, facilmente encontraremos países onde a APP é obrigatória e outros onde ocorre o oposto.



Entendo que devemos de maneira ponderada, baseando-nos em evidências científicas e não em interesses corporativos, desenvolver a nossa recomendação. Conclamamos o Conselho Federal de Medicina (CFM) e o CONFEF a encabeçarem esta ação.

Marcelo B. Leitão
Cardiologia - CRM PR 12255

Especialista em Medicina do Exercício e do Esporte e Diretor da Sociedade Brasileira de Medicina do Exercício e do Esporte - SBMEE