

SUPRAÎNCORDAREA

Dr. A. Ionescu

Supraîncordarea(*forma acuta de obosela patologica la sportivi*) – survine pe fondul unei discordanțe între solicitarea la care este supus organismul sportivului și posibilitățile lui funcționale din acel moment. Poate apare în urma unei singure solicitări. Apare mai frecvent la sportivi neantrenați, covalenți, la sportivi care participă la competiții solicitante, fără a beneficia însă de o pregătire corespunzătoare sau după un traumatism, la începutul perioadei de pregătire.

Factori favorizanți/agravanți : temperaturi scăzute ale mediului, umiditate, hipoxie, alimentația necorespunzătoare, starea de sănătate.

Sptomatologia este polimorfă, dominată de modificările aparatului și sistemului la nivelul căruia se manifestă pregnant acest sindrom

1. Clacajul muscular – contractură musculară exprimată frecvent ca o leziune fibrilară musculară, manifestată prin semne locale: durere bruscă, vie, ca un cuțit, impotență funcțională.
2. Clacajul cardiac – care se poate manifesta prin: tulburarea ritmului cardiac, palpitații, dureri precordiale până la stop cardiac și decesul sportivului pe teren.
3. Dereglări neurovegetative , senzoriale, neurologice: pierderea echilibrului, scăderea acuității vizuale și a vederii periferice, scaderea acuitatea auditive, diminuarea reflexelor, tulburări de coordonare, tulburări de orientare în timp și spațiu, adinamie până la prostație,paretezii, scăderea tonusului și forței musculare, tulburări de mers, astenie fizică și psihică.

Efortul trebuie oprit si sportivul va fi asistat medical 2,3 saptamani, dupa care se face o expertiza medicala ce poate permite reintegrarea in viata sportiva.

Tratamentul cel mai eficace este cel profilactic având în vedere: menținerea unei stări bune de sănătate, planificarea competițiilor în funcție de gradul de pregătire, combaterea utilizării de droguri stimulante, aclimatizarea sportivului la diferite condiții de mediu, regim de viață sportivă adecvat, oprirea efortului în situații de alterare a sănătății

Sportivul care a prezentat această formă de oboseală va rămâne dispensarizat pe toată perioada desfășurării activității sportive.