

Medical assistance of the physical training

Mirela M. Vasilescu

Physical Education and Sport Faculty, University of Craiova, Romania

Abstract

There is well established protocols for medical assistance in physical training at both, national and international level, but there is a lot a work to do to popularize some of the criteria and steps that must be respected, especially by the beginners in this field of physical training or of a certain level of physical activity. There is a complex clinical exam to “pass” before starting any physical training and there are several tests and investigations that should be done regularly by everyone who wants to make physical training in safety. The trainers, the parents (when we talk about young athletes) and the athletes themselves must understand the importance of medical assistance in assessment of body development and functions, of effort capacity, in guiding, from a medical point of view, of the training, rehabilitation and recovery processes.

Key-words: medical assistance, physical training, athletes.

Rezumat

Există, atât pe plan național, cât și internațional, protocoale bine stabilite în ceea ce privește asistența medicală în antrenamentul fizic, dar mai sunt multe de făcut pentru a populariza unele din criteriile și etapele care trebuie respectate, în special de către începători, în domeniul antrenamentului fizic sau în cel al unui anumit nivel de activitate fizică. Există un examen clinic "de trecut" înainte de a începe orice tip de antrenament fizic și sunt o serie de investigații și teste care trebuie repetate de către oricine care își dorește să participe, în siguranță, la un program de antrenament fizic. Antrenorii, părinții (când ne referim la tineri sportivi) sau chiar sportivii înșiși, trebuie să înțeleagă importanța asistenței medicale în evaluarea dezvoltării și funcțiilor organismului, a capacității de efort și, în ghidarea, din punct de vedere medical, a proceselor de antrenament, reabilitare și recuperare.

Cuvinte cheie: asistență medicală, antrenament fizic, sportivi