

SCIENTIFIC MANIFESTATIONS MANIFESTĂRI ȘTIINȚIFICE



MINISTERUL
EDUCAȚIEI
CERCETĂRII
TINERETULUI
ȘI SPORTULUI

Inspectoratul Școlar
Județean Cluj



Conferința “Sport pentru Sănătate” (2)

“Sport for Health” Conference (2)

Deschiderea conferinței, scopul evenimentului, prezentările și închiderea au fost oficiate de Prof. Ioan Mureșan, șeful Cercului Metodic al profesorilor de educație fizică. Probleme actuale de specialitate și alte informații utile auditoriului au fost prezentate de Prof. Ioan Căținaș, Inspector de specialitate din cadrul Inspectoratului Școlar Județean. Conferința și-a propus să creeze tradiția unei întâlniri anuale între profesorii de educație fizică și sport și medicii de medicină școlară și universitară. Aceasta a fost cea de a doua Conferință.

Copilul, educație și sport tematică prezentată de Prof. Univ. Dr. Nicolae Miu, Președintele Societății Române de Pediatrie Socială, Clinica Pediatrie 2, în colaborare cu Șef lucrări dr. Tudor L. Pop, Clinica Pediatrie 2 și secretarul Societății Române de Pediatrie Socială, a cuprins ideile pe care le prezentăm în continuare.

Copilul are dreptul la activitate sportivă. În Franța, de exemplu, articolul 7 din Declarația drepturilor copilului afirmă că acesta trebuie să aibă toate posibilitățile de a practica jocuri și activități recreative, care trebuie susținute în cadrul educației. Societatea și autoritățile publice trebuie să încurajeze acest drept. Termenul de jocuri și activități recreative face referire și la activitatea sportivă.

Pe de altă parte, carta olimpică declară că practicile sportive sunt un drept al omului în general, drept care trebuie aplicat fără orice discriminare și care să se efectueze în respect pentru persoană.

Există câteva întrebări legate de cele afirmate:

- Activitatea sportivă este accesibilă egal fetelor și băieților ?
- Activitatea sportivă se adresează doar celor sănătoși, apți sau și celor în situație de handicap sau în cazul unor abilități mai slabe ?
- Formele practice ale sportului sunt diversificate pentru fiecare individ ?
- Adulții educatori, profesorii, deschid oare șansele unei accesibilități la sporturi, cu evitarea stereotipurilor invalidante ?

O țară civilizată trebuie să răspundă dacă există condiții pentru fiecare copil pentru acces la activitatea sportivă, componentă a dreptului său la educație.

Programa pentru sport, foarte importantă, începând de la grădiniță, până la sfârșitul școlii trebuie să asigure posibilitatea cunoașterii înclinației și talentului spre atletism, natație, tenis, gimnastică, lupte, sporturile cu mingea. În școală, sportul trebuie să fie respectat, înțelegând prin aceasta educația fizică și sportivă, activitățile fiind obligatorii.

Din punct de vedere medical ar trebui elaborate pentru cei care realmente au contraindicație pentru sport certificate medicale de inaptitudine pentru educația fizică.

În caz de inaptitudine parțială (există și inaptitudine totală), aceasta poate fi legată de numeroși factori:

- tipurile de mișcare (amplitudine, viteză, dificultăți, postură);
 - tipurile de efort (muscular, cardiovascular, respirator);
 - capacitatea de efort (intensitate, durată).
- Probleme dificile, dar rezolvabile, le constituie:
- copiii cu suprapondere sau obezitate;
 - copiii cu astm bronșic (în special astmul indus de efort);
 - copiii cu diabet zaharat insulino-dependent.

Educația fizică și sportul trebuie să asigure o varietate a activităților, baremuri echilibrate, practici sportive adaptate fiecărui copil. Toți copiii, inclusiv cei care suferă de o boală cronică, trebuie încurajați să participe la aceste activități sportive. Medicii pediatri și de familie trebuie să colaboreze cu profesorii de sport și să renunțe la practicile actuale privind scutirile de educație fizică și sport.

Conf. Dr. Lorena Filip, în colaborare cu Șef lucrări Dr. Lucia Lotrean și Prof. Dr. Doina Miere de la Universitatea de Medicină și Farmacie “Iuliu Hațieganu” Cluj-Napoca a prezentat aspecte legate de *Managementul educației nutriționale în școli*.

Vârsta școlarului reprezintă una din cele mai provocatoare perioade ale dezvoltării umane caracterizate prin creșterea necesarului de nutrienți datorită dezvoltării și creșterii rapide în înălțime. Se va asigura un aport nutritiv și energetic corespunzător vârstei și activităților desfășurate (proteine 14-16%, glucide 55-60%, lipide 25-

30, săruri minerale, vitamine). În educația nutrițională a școlarilor se va insista asupra importanței micului dejun (20% din aportul energetic zilnic), asigurării unei diversități alimentare - consumul de alimente din toate grupele și subgrupele alimentare (pe parcursul întregii zile) - asigurării unei proporționalități între grupele și subgrupele alimentare, adică un aport mai mare de fructe, legume, cereale integrale, lapte și produse lactate, comparativ cu alimentele cu un conținut crescut de grăsimi și adaos de zahăr. Însușirea acestor noțiuni de către școlar este necesară deoarece în această etapă apar modificări ale obiceiurilor alimentare și ale stilului de viață, crește interesul pentru sănătate, iar sfaturile dietetice se pot adresa unor obiective pe termen lung. Un alt aspect important îl reprezintă sensibilizarea părinților pentru o alimentație sănătoasă a copilului lor, în mediul familial și extrafamilial, cu informații despre principiile alimentare și rolul acestora, precum și încurajarea activității fizice la copil, având în vedere efectele benefice pe termen lung ale acestor.

Alte teme abordate de către participanții la Conferință au fost: *Principiile calității și promovării educației pentru sănătate, în raport cu activitățile fizice din învățământul preuniversitar și superior*, prezentată de Prof. Dr. Traian Bocu, de la UMF „Iuliu Hațieganu” Vicepreședintele Societății Medicale Române de Educație Fizică și Sport, *Activitatea fizică adaptată, o șansă în plus pentru sănătatea elevilor obezi*, expusă de medic școlar Dr. Tulia Fanache, în colaborare cu prof. Gabriel Nesteriuc și *De la omul primitiv la cel modern, stil de viață*, prezentată de Prof. Dr. Vasile Bogdan, Decanul FEFS Cluj-Napoca.

A consemnat,
Traian Bocu
traian_bocu@yahoo.com



Al III-lea Congres Național de Medicină Școlară și Universitară

The 3rd National Congress of School and University Medicine

În perioada 19-20 aprilie 2012 a avut loc la Cluj-Napoca, în incinta Universității de Medicină și Farmacie “Iuliu Hațieganu” Cluj-Napoca, cel de-al III-lea Congres Național de Medicină Școlară și Universitară, organizat de *Societatea Medicilor din Colectivitățile de Copii și Tineri, în parteneriat cu Primăria Cluj-Napoca și Direcția de Sănătate Publică a Județului Cluj*. Congresul s-a adresat în principal medicilor școlari, medicilor pediatri și medicilor de familie. Au fost invitați și reprezentanți ai Inspectoratului Școlar Județean Cluj, respectiv Inspectorul de specialitate pe probleme de educație fizică și sport. Au fost prezenți la deschiderea Congresului, făcându-se remarcă prin luări de cuvânt, Ministrul Sănătății Ladislau Ritli care a pledat pentru dezvoltarea rețelei de medicină școlară. Ministrul Sănătății a precizat că în România circa un sfert dintre copiii de vârstă școlară suferă de boli cronice, iar acest lucru se datorează unui cumul de factori, printre care lipsa alimentației sănătoase, a sportului, dar și insuficiența de cadre medicale din medicina școlară. Potrivit acestuia, o altă problemă este și obezitatea juvenilă, care a ajuns în ultimii ani de pe locul V pe locul III pe lista problemelor de sănătate din rândul elevilor. Șeful Direcției de Sănătate Publică (DSP) Cluj, Dr. Dorina Duma, s-a referit la nevoia de performanță în medicina școlară, de o asistență medicală de specialitate cu înaltă pregătire, dar și de un plan național pentru promovarea sănătății, profilaxia și monitorizarea bolilor copiilor.

La congres au fost abordate teme precum patologia copilului și adolescentului, rolul educației fizice și al deprinderilor nutriționale corecte în formarea unui stil de viață sănătos și locul pe care medicina școlară îl are în sistemul actual de sănătate.

În cadrul secțiunii rezervate rolului educației fizice și al deprinderilor nutriționale corecte în formarea unui stil de viață sănătos au fost prezentate câteva comunicări științifice de interes, printre care: *Educația copilului pentru un stil de viață sănătos* - Prof. Dr. Mircea Nanulescu; *Aspecte ale activității fizice la elevii din România în anul 2011* - Dr. Ileana Maria Mireștean, Dr. Sorina Irimie, Dr. Cosmina Samoilă, Dr. Ioana Beldean Galea, Dr. Anamaria Decanovici; *Relația mișcare - stare de nutriție la copii* - Prof. Dr. Nicolae Miu; *Participarea elevilor și studenților la activitățile de educație fizică și sport în funcție de starea lor de sănătate* - Prof. dr. Traian Bocu; *Sportul și*

activitatea fizică în Uniunea Europeană - Dr. Cosmina Samoilă; Activitatea fizică adaptată, o șansă în plus pentru copii supraponderali și obezi - Dr. Tulia Fanache.



Deschiderea Congresului. În prezidiu, de la stânga la dreapta: Dr. Daniela Rajka, vicepreședinta Societății medicilor din colectivitățile de copii și tineri, forul organizator al Congresului, Dr. Molnar Geza - secretar de stat în MS, Dr. Dorina Duma - Directorul Direcției de Sănătate Publică Cluj, Dr. Ritli Ladislau - Ministrul Sănătății, Dr. László Attila - medic pediatru, viceprimarul Clujului, Dr. Aurelia Cordeanu - Institutul de Sănătate Publică București.



În timpul lucrărilor Congresului: Dr. Doc. Petru Derevenco - dreapta și Prof Dr. Traian Bocu - stânga.



Dr. Tulia Fanache - medic școlar, unul dintre coorganizatorii Congresului, în timpul prezentării comunicării.



Imagine din sala Congresului.

A consemnat,
Traian Bocu
traian_bocu@yahoo.com