



**CONI**  
SCUOLA  
DELLO SPORT

MARCHE

**Piero Benelli**

*Docente Università Urbino  
Medico Nazionale Pallavolo Maschile  
Medico VL Basket Pesaro  
Direttore Fisioclinics Pesaro*

**Test, protocolli, procedure COVID: mettiamo un pò d'ordine?**

**Ancona, 14 dicembre 2020**

**Le problematiche della ripresa dell'attività sportiva: interrogativi e contraddizioni**



***La Scuola Regionale dello Sport delle Marche risponde***

Appuntamenti on-line dedicati ad approfondimenti utili al mondo sportivo nel tempo dell'emergenza Covid-19.

Sedentarietà, attività fisica e Covid19

Attività fisica per i Covid19+ guariti

**La ripresa delle attività sportive**

**L'idoneità sportiva agonistica e Covid19**

***A che punto siamo dopo la “seconda ondata”?***

# Problematiche

- Sport individuale
- Sport di squadra
- Sport con contendenti
- Sport di contatto
- Sport in ambienti particolari
- Sport all'aperto / al chiuso
- Allenamenti individuali
- Allenamenti a gruppi
- Allenamenti di squadra
- Gestione dei turni e delle sessioni
- Sportivo professionista
- Sportivo dilettante
- Sportivo amatoriale
- Sportivo non agonista (fitness)
- Sportivo disabile
- Sportivo in età evolutiva
- Sportivo in fase addestrativa

# Covid in Serie C: 390 casi da inizio torneo

Indagine della Lega Pro: il 45% è in 9 squadre, solo 10 (su 59) quelle risparmiate

L'epidemia ha colpito così: il picco alla 9ª giornata



# Problematiche

- I test
- La visita medico-sportiva per idoneità agonistica
- La gestione degli atleti positivi e di quelli negativi
- La ripresa dell'attività sportiva specifica

# I test

- Tamponi molecolari
- Tamponi antigenici (test rapidi)
- Test salivari
- Test sierologico
- Point of care

# Test

- Affidabilità di un test diagnostico: diagnosi corretta per malattia
- Accuratezza: percentuale di diagnosi corretta
- Specificità: proporzione di sani classificati correttamente (no falsi positivi)
- Sensibilità: proporzione di malati classificati in maniera corretta (no falsi negativi)
- **E' difficile ottenere un test che sia altamente specifico e al contempo sensibile:** rendere un test più specifico può renderlo meno sensibile, e viceversa. Quindi la scelta di un test dipende essenzialmente da ciò che stiamo cercando: se il fine è l'individuazione del maggior numero di malati il test migliore è quello con sensibilità più elevata. Se il fine è fare una diagnosi accurata allora è meglio un test con specificità elevata.

**Aggiornamento del protocollo allenamenti e gare per le Squadre Professionistiche  
e per gli Arbitri**

**5 novembre 2020**

Riferimenti normativi

**Circolare Ministero della Salute – 18 giugno 2020**

**Ordinanza Ministero della Salute – 12 agosto 2020**

**Circolare Ministero della Salute – 29 settembre 2020**

**Circolare Ministero della Salute – 12 ottobre 2020**

**DPCM 18 ottobre 2020**

**DPCM 24 ottobre 2020**

Pertanto, in alternativa ai tradizionali tamponi molecolari PCR, possono essere utilizzati anche i Test antigenici (quantitativi con immunofluorescenza – cosiddetto *Test rapido*), per i test di routine previsti entro le 48 ore antecedenti la disputa della gara.

Per quelli effettuati il giorno della gara, per i team con positività documentata, si fa riferimento a quanto già previsto dal protocollo vigente.

**Premessa**

Il presente documento intende aggiornare il “PROTOCOLLO DELLE COMPETIZIONI DI PALLACANESTRO PROFESSIONISTICHE” attualmente in vigore, elaborato sulla base degli ultimi Decreti del Presidente del consiglio dei Ministri, delle ordinanze e delle Circolari del Ministero della salute, nonché sulla base dei dati epidemiologici aggiornati e delle nuove acquisizioni scientifiche.

**I giocatori risultati positivi al COVID, osservato il previsto periodo di quarantena, devono eseguire un tampone molecolare che deve risultare negativo; questi dovranno essere sottoposti a nuova visita medica di idoneità all'attività sportiva agonistica comprensiva degli accertamenti previsti. All'esito della visita e sotto lo stretto controllo del Medico Sociale, potranno gradualmente riprendere gli allenamenti. Il Medico Sociale, a suo giudizio, potrà ampliare test ed esami prima dell'inserimento nella squadra.**



### ***Procedura pre gara***

a) Se all'esito del tampone molecolare (test RT-PCR) da svolgersi, **entro e non oltre le 48 ore antecedenti ciascuna gara di campionato**, i componenti del Team siano tutti negativi al Covid, il team può proseguire l'attività sportiva e prendere parte alla gara.

b) Se uno o più componenti di un Team dovessero essere positivi al COVID all'esito del tampone molecolare (test RT-PCR) effettuato entro e non oltre le 48 ore antecedenti la gara, saranno allontanati dalla squadra, verranno isolati e seguiranno il percorso previsto dalle autorità competenti. Tutti gli altri componenti il team saranno sottoposti ad un ulteriore tampone molecolare (RT-PCR) .

Qualora non sia possibile eseguire il secondo tampone molecolare (test RT-PCR) e averne gli esiti prima della gara, il club deve comunque assicurare la negatività dei propri tesserati, attraverso l'esito dei referti di un cd "tampone rapido" (tampone naso-faringeo con ricerca antigeni). In tal caso, il secondo tampone molecolare (test RT-PCR) dovrà essere eseguito dal Team il prima possibile e comunque non oltre le 24 ore successive alla gara.

Solamente i componenti del team risultati negativi al primo tampone molecolare (test RT-PCR) + al secondo tampone molecolare (test RT-PCR) o, in alternativa, al cd. "Tampone rapido", potranno prendere parte alla gara.

## Settore Sanitario

Tel. +39 06.33481301

E-mail: [settore.sanitario@fip.it](mailto:settore.sanitario@fip.it)

Preso atto delle oggettive difficoltà ad adempiere alle procedure previste dai protocolli vigenti, nel periodo delle festività Natalizie, a seguito delle chiusure dei laboratori a cui le società di serie A di pallacanestro fanno normalmente riferimento, la Commissione medico-scientifica della FIP, ***solamente per le partite della 13<sup>a</sup> e 14<sup>a</sup> giornata del campionato di LEGABASKET che si svolgeranno rispettivamente il 27 dicembre e 3 gennaio p.v.***, concede la possibilità di eseguire i tamponi molecolari PCR o Test antigenici quantitativi con immunofluorescenza con una datazione il più a ridosso possibile rispetto alle partite previste in calendario, con l'obbligo per tutti i Team di eseguire la mattina della partita un test rapido cromatografico, il cui esito dovrà essere reso noto entro le ore 14:00.

Nel caso di gara alle ore 12:00 il test potrà essere effettuato anche il giorno precedente non prima delle ore 16:00.

Chi può fare attività –

*Impianti aperti per agonisti*

*Impianti aperti per agonisti partecipanti a competizioni nazionali*

• ***Esempi:***

- Nuoto
- Tennis
- Crossfit
- .....

**IDONEITÀ E RIPRESA ALL'ATTIVITÀ SPORTIVA AGONISTICA IN ATLETI NON PROFESSIONISTI COVID-19 POSITIVI  
GUARITI E IN ATLETI CON SINTOMI SUGGERITIVI PER COVID-19 IN ASSENZA DI DIAGNOSI DA SARS-COV-2**

<b>Stadio</b>	<b>Caratteristiche</b>
Infezione asintomatica o presintomatica	Diagnosi di SARS-CoV-2 in completa assenza di sintomi
Malattia lieve	Presenza di sintomatologia lieve (es. febbre, tosse, alterazione dei gusti, malessere, cefalea, mialgie), ma in assenza di dispnea e alterazioni radiologiche
Malattia moderata	SpO <sub>2</sub> ≥ 94% e evidenza clinica o radiologica di polmonite
Malattia severa	SpO <sub>2</sub> < 94%, PaO <sub>2</sub> /FiO <sub>2</sub> < 300, frequenza respiratoria > 30 atti/min (nell'adulto), o infiltrati polmonari > 50%
Malattia critica	Insufficienza respiratoria, shock settico, e/o insufficienza multiorgano.

*Tabella 1: stadi clinici della malattia COVID-19 in base alla classificazione NIH.*

# Classificazioni e valutazioni per idoneità agonistica in relazione al Covid19

- A1 – Forma lieve o malattia asintomatica
- A2 – Malattia moderata
- A3 – Malattia severa / critica
- B – Soggetti negativi o asintomatici non testato
- Test ergometrico incrementale (con saturazione O<sub>2</sub>) (A1-A2 – A3)
- Ecocardiogramma (A1- A2 – A3)
- ECG dinamico 24h sec. Holter (A2- A3)
- Spirometria (A1 – A2 – A3)
- Esami ematochimici (A2 – A3)
- Ev. altri esami a giudizio del medico (es. RX o TAC polmonare, test cardiopolmonare) (A2 – A3)

I soggetti Covid - (gruppo 2) dovranno sostenere i seguenti esami:

- Test da sforzo massimale;
- Ecocardiogramma color doppler;
- Esame Spirometria Completo (FVC, VC, MVV);
- Esami ematochimici\*

\*Esami ematochimici: Emocromo, ALT/AST, Gamma GT, Creatininemia, CPK isotipi, Troponina, LDH, PT/PTT, INR, Elettroforesi proteica, Ddimero, PCR, Ferritina, Esame urine completo.

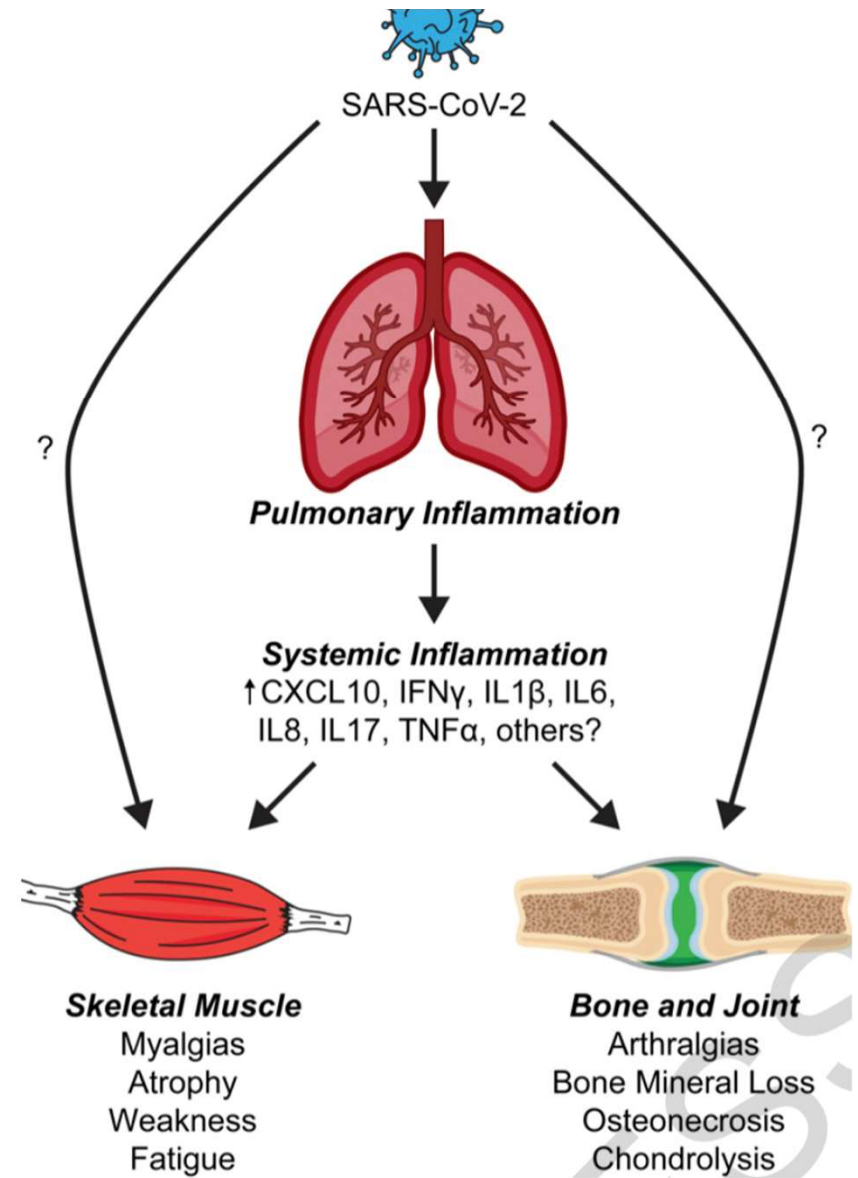
# Covid19 – Quali le possibili conseguenze

- Apparato polmonare (polmoniti interstiziali)
- Apparato cardiovascolare
  - (miocarditi, vasculiti)
- Apparato muscolare
  - (sarcopenia)
- Apparato renale
- Apparato visivo
- Sistema immunitario
- Altro?

# THE ORTHOPAEDIC FORUM

## Musculoskeletal Consequences of COVID-19

Nathaniel P. Disser, BS\*, Andrea J. De Micheli, PhD\*, Martin M. Schonk, MS, Maxwell A. Konaris, BS, Alexander N. Piacentini, MS, Daniel L. Edon, MS, Brett G. Toresdahl, MD, Scott A. Rodeo, MD, Ellen K. Casey, MD, and Christopher L. Mendias, PhD, ATC





## **News Eurolega, Michael Ojo positivo ai test prima del malore fatale**

Il Presidente della Stella Rossa ha spiegato ad una televisione serba cosa sarebbe successo prima del fatto spiacevole che ha coinvolto l'ex centro della squadra di Belgrado



**Aggiornamento dei Protocolli Allenamenti e Gare  
per le Squadre di Calcio Professionistiche,  
la Serie A Femminile e gli Arbitri  
Stagione 2020/2021**

**30 ottobre 2020**

In particolare, i temi più importanti dal punto di vista applicativo sono:

- **Test antigenici rapidi**
- **Gestione dei casi di accertata positività**
- **Isolamento e Quarantena**

### **Gestione dei casi di accertata positività**

In merito all'attività dei Professionisti e della Serie A femminile, occorre ribadire che, per quanto attiene la gestione dei casi di accertata positività al Covid-19, **il proseguimento degli allenamenti** per tutto il Gruppo Squadra è soggetto all'esecuzione di Test molecolari o antigenici quantitativi, come sopra indicato, ogni 48h per tutto il periodo di isolamento (vedi capitolo seguente Isolamento e Quarantena), oltre ad esami sierologici da effettuarsi la prima volta all'accertata positività e da ripetersi dopo dieci giorni, o secondo periodicità o ulteriori indicazioni delle Autorità sanitarie competenti. Il Gruppo Squadra è comunque posto in isolamento fiduciario e nessun componente potrà avere contatti esterni.

Per **lo svolgimento delle gare**, invece, si richiama quanto previsto dalla circolare del Ministero della Salute del 18 giugno 2020, tuttora valida, che prevede - unitamente all'isolamento del soggetto interessato - l'esecuzione per tutto il Gruppo Squadra dei test per la ricerca del virus SARS-CoV-2 (**anche con Test antigenico rapido**) il giorno della gara programmata a seguito dell'accertamento del caso di positività, in modo da ottenere i risultati dell'ultimo tampone entro 4 ore per consentire l'accesso allo stadio e la disputa della partita solo ai soggetti risultati negativi al test. Al termine della gara, tutto il Gruppo Squadra che ha avuto contatti stretti con il caso confermato riprende il periodo di quarantena fino al termine previsto.

### **Ripresa degli allenamenti/gare per i soggetti Covid positivi**

In riferimento a quanto previsto dai "protocolli allenamenti" per le Squadre Professionistiche e la Serie A femminile in merito alla ripresa graduale dell'attività post guarigione da infezione da SARS-CoV-2<sup>3</sup>, si precisa che la gradualità di ritorno dell'atleta agli allenamenti/competizioni dovrà essere valutata dal Responsabile Sanitario del club in relazione al quadro clinico di riferimento (decorso della malattia, test di laboratorio, risultati degli accertamenti previsti per il rilascio della nuova certificazione di idoneità agonistica), e al contesto e alla durata dell'interruzione dell'attività dovuta alla malattia.

Gli atleti che hanno contratto la malattia COVID19 saranno sottoposti agli esami previsti per l'idoneità sportiva (ECG max, ECO cardio, spirometria, esami ematici), anche nel caso di certificato ancora in corso di validità.

A giudizio del Medico Sociale, gli atleti con pregressa diagnosi accertata di COVID19 o con esami positivi potranno essere sottoposti ad ulteriori accertamenti per meglio definire le eventuali sequele della malattia. Oltre a questi esami sarà necessario valutare l'opportunità di eseguire Rx torace in due proiezioni, TAC torace, Spirometria con DLCO, esami ematochimici specifici (pattern anticorpale, IL-6, parametri della coagulazione, Vitamina D, ecc).

I soggetti Covid+ (gruppo 1) dovranno osservare un periodo individuale di graduale ripresa nei successivi 15 gg prima di iniziare gradualmente gli allenamenti e sotto l'attento controllo del Medico Sociale, che a suo giudizio potrà ampliare test ed esami. Per la ripresa delle attività sarà richiesto un nulla osta infettivologico od un certificato di avvenuta guarigione rilasciato dalle autorità sanitarie competenti.

# Problematiche per la ripresa

- Eventuale contagio e malattia
- Periodo di inattività
- Periodo di attività individuale aspecifica
- Ripresa troppo affrettata
- Attività agonistica troppo concentrata

The strength training should respect the following rules:

- i. The duration of the strength training sessions should not exceed 60 minutes [37,48].
- ii. The use of maximum loads and exercises conducted at full muscle exhaustion (regardless of the load used) is not recommended [37,49]. Indeed, the lactate production typical of strength exercise conducted at complete muscle exhaustion promotes lymphocyte apoptosis [50].
- iii. During cross-fit sessions the intensity of the effort should be limited to 80% of the maximum heart rate [40].

## Medical recommendations for home-confined footballers' training during the COVID 19 pandemic: from evidence to practical application

**AUTHORS:** Cristiano Eirale<sup>1</sup>, Giannicola Bisciotti<sup>1,2</sup>, Alessandro Corsini<sup>3</sup>, Christophe Baudot<sup>1</sup>, Gerard Saillant<sup>1</sup>, Hakim Chalabi<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> Paris Saint Germain FC, France

<sup>2</sup> Aspetar Sports and Orthopedics Hospital- Doha, Qatar

<sup>3</sup> Internazionale Milano FC, Italy

**ABSTRACT:** In early 2020, the world is facing a global emergency called COVID-19. Many professional footballers around the world are home confined. The maintenance of physical capacity is a fundamental requirement for the athlete, so the training sessions must be adapted to this unique situation. Specific recommendations must be followed concerning the type of training, its intensity, the precautions that have to be followed to avoid the possibility of contagion, and the restrictions in accordance with the presence of any symptoms. This article analyses the available scientific evidence in order to recommend a practical approach.

Corresponding author:  
**Cristiano EIRALE**  
Paris Saint Germain Football Club  
53 avenue Emile Zola 92100  
BOULOGNE-BILLANCOURT  
E-mail: Ceirale@psg.fr  
Cristiano.eirale@hotmail.com

## Football cannot restart soon during the COVID-19 emergency! A critical perspective from the Italian experience and a call for action

Alessandro Corsini ,<sup>1</sup> Gian Nicola Bisciotti,<sup>2,3</sup> Cristiano Eirale,<sup>3</sup> Piero Volpi<sup>1,4</sup>

## Ciclismo: stesse corse, in 3 mesi invece che in 5

### EDITORIAL

## Return to play after the COVID-19 pandemic: a commentary by the Editor in Chief

Antonio PELLICCIA \*



di Alessandro de Calò

# Alti e bassi, più infortuni Pensiamo a costruire il calcio del dopo Covid

**L'**Inter cerca continuità a San Siro, oggi, col Bologna. La Juve insegue le motivazioni giuste, che in un derby non mancano mai, aspettando la resa dei conti di Ronaldo con Messi. La Lazio, dopo i coriandoli europei, teme di svegliarsi distratta in casa dello Spezia. Continuità, motivazioni, distrazioni. Lo strano calcio al tempo del Covid è fatto così, sole e luna, vento e pioggia. Ha un profilo pieno di *up and down*, non sai mai da che parte ti può uscire il coniglio, la sorpresa, oppure la conferma inesorabile. L'Europa balla, ovunque, su diagrammi

bipolari. Il Liverpool ridicolizzato due mesi fa dall'Aston Villa (7-2) è la stessa squadra che ha asfaltato l'Atalanta (5-0) prima di arrendersi ad Anfield (0-2) contro i nerazzurri del Gasp. E dell'Atalanta potremmo dire più o meno le stesse cose. **Montagne russe. Molto si intreccia e nessuno scappa, basta guardare che cosa hanno fatto in questi mesi Real Madrid e Barcellona,** anche tra loro, oltre che nei confronti Champions con Inter e Juve. Lo "yin" e "yang" del Napoli di Gattuso l'abbiamo visto ben definito contro la Roma (top) e il



**Festa** Gasp dopo la vittoria dell'Atalanta contro il Liverpool

Milan (flop). Finora sono proprio i rossoneri a coprire il ruolo di eccezione che conferma la tendenza: non hanno mai deluso in campionato, giocano un buon calcio anche senza Ibra, sono andati a sbattere solo in Europa con il Lille, una specie di kryptonite per la squadra

di Pioli. Okay, c'è il Bayern che viaggia tranquillo, con la testa regolarmente fuori dall'acqua, ma ho l'impressione che le eccezioni finiscano qua. Il resto è un grande gomitolo, una massa gelatinosa che contamina tutte le squadre, nei campionati più importanti, in Champions e nell'Euroliga. Ci sono anche molti infortuni. Non tantissimi, per fortuna, quelli gravi (tipo Zaniolo, Piqué, Ansu Fati), però stiamo vedendo molte ricadute. Sulle linee del fronte, ogni volta che si gioca in Italia o in Europa c'è qualcuno che cade e non si sa quando tornerà. Simon Kjaer, danese del Milan, è l'ultimo della lista. Sta per finire un anno molto complicato. È già tanto che il calcio riesca a portare avanti il suo mondo, tenendolo in piedi nell'era della pandemia. Però qualche effetto collaterale c'è. Qualche ricaduta si vede. I rendimenti ballerini si diffondono, le partite abitate da raffiche di entusiasmo e depressioni sono sempre più comuni, gli infortuni si accumulano. Come mai? **Nell'ansia di recuperare il tempo perduto,**

**si sta giocando un po' troppo. È inevitabile? Può darsi, ci sono delle compatibilità da rispettare per garantire il minimo di sopravvivenza dell'industria-calcio in questo passaggio devastante.** I poveri piangono e neanche i ricchi sorridono. Il fatturato del Real, per dire, scende di 300 milioni dopo decenni di ascesa infinita. Ma proprio il Real sta lavorando per un nuovo futuro importante. E così traccia la linea. Gli stadi vuoti del Covid sono un'opportunità da riempire, trasformando il Bernabeu in quello che sarà il migliore impianto del mondo. Conviene a tutti cominciare a pensare a qualcosa di nuovo. Non solo stadi. Anche tornei, campionati, numero di partite che si giocano. Più sono i match, meno alta è la qualità. In Inghilterra, in Francia e anche da noi c'è chi guarda con interesse al modello tedesco del campionato a diciotto squadre. Bisogna inventarsi qualcosa e costruirla da adesso. In fondo, senza immaginazione non c'è salvezza.

## Mascherine: quando e quali?



### FOOTBALL NFL

## Nuove visiere contro il virus

● Gli ingegneri della Nfl e l'azienda di attrezzature sportive Oakley stanno testando prototipi di nuove visiere facciali modificate da applicare ai caschi dei giocatori per proteggerli dal coronavirus in vista della ripartenza, al momento prevista come da calendario originario per settembre. Le visiere potrebbero contenere materiale chirurgico, copriranno l'intero volto e verrà studiato un sistema per evitare l'appannamento. Probabilmente ci sarà una raccomandazione alla Nfl perché le adotti una volta testate.



Indossare mascherine per il viso è giustificato ed è realizzabile per i membri del personale e gli atleti che non sono immunizzati, durante gli esercizi submassimali. Va comunque ricordato che indossare una maschera è giustificato per evitare contaminazione di altre persone, e soprattutto quando non è possibile mantenere la distanza fisica





Article

# Wearing of Cloth or Disposable Surgical Face Masks has no Effect on Vigorous Exercise Performance in Healthy Individuals

Keely Shaw <sup>1</sup>, Scotty Butcher <sup>2</sup> , Jongbum Ko <sup>1</sup>, Gordon A. Zello <sup>3</sup>  and Philip D. Chilibeck <sup>1,\*</sup>

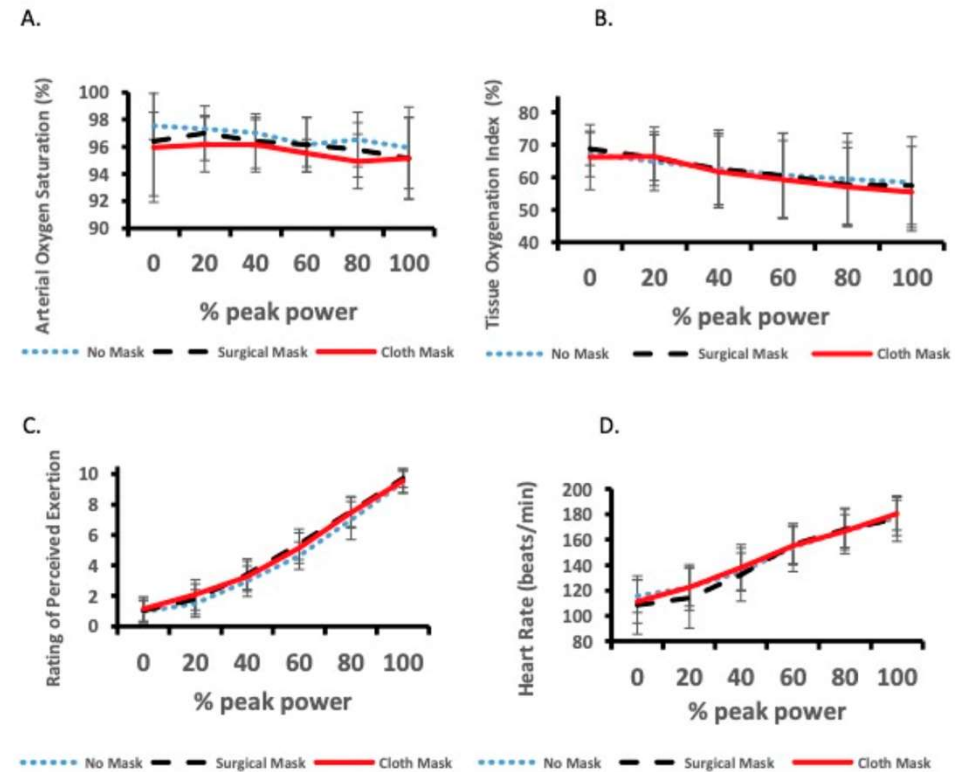
<sup>1</sup> College of Kinesiology, University of Saskatchewan, Saskatoon, SK S7N 5B2, Canada; keely.shaw@usask.ca (K.S.); jongbum.ko@usask.ca (J.K.)

<sup>2</sup> School of Rehabilitation Science, University of Saskatchewan, Saskatoon, SK S7N 2Z4, Canada; Scotty.butcher@usask.ca

<sup>3</sup> College of Pharmacy and Nutrition, University of Saskatchewan, Saskatoon, SK S7N 5E5, Canada; Gordon.zello@usask.ca

\* Correspondence: phil.chilibeck@usask.ca

Received: 14 October 2020; Accepted: 2 November 2020; Published: 3 November 2020



**Figure 2.** (A) Arterial oxygen saturation, (B) muscle tissue oxygenation index, (C) rating of perceived exertion, and (D) heart rate expressed as percentage of peak power during the exercise test. All values are mean  $\pm$  SD.

rate at any time during the exercise tests. Wearing a face mask during vigorous exercise had no discernable detrimental effect on blood or muscle oxygenation, and exercise performance in young, healthy participants (ClinicalTrials.gov, NCT04557605).

## **Sherpa | la maschera per lo sport ideata dal Politecnico è in commercio**

**„Coronavirus, la mascherina per lo sport ideata dal Politecnico di Torino è già in produzione**

Il dispositivo assicura comfort e alti livelli di respirabilità, anche durante l'attività più intensa

“

*Potrebbe*

*interessarti: <https://www.torinotoday.it/attualita/sherpa-maschera-sport-politecnico.html>*