

Opinia
Prezesa Agencji Oceny Technologii Medycznych
nr 6/2011 z dnia [REDAKTOWANE]
o projekcie programu zdrowotnego:
„Wprowadzenie do treningu motorycznego i funkcjonalnego jako
integralnych elementów profilaktyki urazów sportowych”

Po zapoznaniu się z opinią Rady Konsultacyjnej stwierdzam, że projekt programu zdrowotnego „Wprowadzenie do treningu motorycznego i funkcjonalnego jako integralnych elementów profilaktyki urazów sportowych” realizowanego przez powiat [REDAKTOWANE] jest niedopracowany i w obecnej formie nie może uzyskać pozytywnej opinii.

Urazy sportowe stanowią trudną do jednoznacznego określenia grupę urazów, odnoszonych podczas intensywnej aktywności fizycznej. Do kategorii tej należą m.in.: uraz powierzchniowy, otwarte rany, złamania, zwichnięcia, uszkodzenia nerwów, urazy narządów wewnętrznych, a także inne, mnogie oraz nieokreślone urazy różnych części ciała.

Urazy u osób uprawiających sport są uważane za częste, ale w Polsce brak jest dokładnych danych statystycznych dotyczących tego problemu. Zakres możliwych urazów jest bardzo szeroki i ich skutki mogą nie wymagać żadnego specyficznego postępowania, wymagać leczenia, powodować przejściowego lub trwałego zaburzenia funkcjonowania, albo stanowić zagrożenie życia. Należy przypuszczać, że intensywniejszy trening w niektórych dziedzinach aktywności fizycznej może być, z definicji (np. sztuki walki, niektóre sporty motorowe), związany z częstszymi lub groźniejszymi urazami.

Dowody naukowe, wiarygodne ale nieliczne, w postaci metaanalizy i badań RCT, wskazują na pozytywną rolę programów profilaktyki urazów sportowych wśród dzieci – istotnie zmniejszały one ryzyko urazu narządu ruchu w czasie uprawiania sportu w grupach poddanych profilaktyce. Wszystkie badane programy miały komponent edukacyjny, ale podstawą każdego z nich był trening funkcji motorycznych, prawidłowo przeprowadzona rozgrzewka i inne bezpośrednie zajęcia ruchowe. Wydaje się równocześnie, że programy zakładające ćwiczenia w domu mogą mieć niższą efektywność. Eksperci kliniczni w zakresie medycyny sportowej i fizjoterapii wskazują na przydatność tego typu programów w warunkach polskich.

Projekt programu przewiduje działania profilaktyczne nakierowane na:

- szerzenie wiedzy z dziedziny nowoczesnego treningu motorycznego i profilaktyki urazów w sporcie,
- poprawienie rozwoju fizycznego młodych sportowców,

-
- przedstawienie zagadnień praktycznych z zakresu ćwiczeń profilaktycznych dla różnych grup populacji,
 - podniesienie świadomości osób kształtujących nawyki ruchowe w zakresie profilaktyki urazów,
 - poprawę jakości kultury ruchowej,
 - ograniczenie/wyeliminowanie występowania zmian przeciążeniowych we wczesnym wieku.

Populację docelową ocenianego programu stanowią osoby prowadzące zajęcia sportowe dla dzieci i młodzieży: trenerzy, instruktorzy sportowi, nauczyciele wychowania fizycznego, a także rodzice dzieci uprawiających sport oraz bliżej niesprecyzowani sportowcy amatorzy. Nie określono wielkości populacji docelowej oraz nie podano lokalnych danych epidemiologicznych dotyczących rozpatrywanego problemu klinicznego.

Program ma charakter edukacyjny. Obejmuje zajęcia teoretyczne z zakresu podstaw treningu funkcjonalnego, profilaktyki urazów doznawanych przez dzieci i młodzież, koncepcji i możliwości wieloletniego rozwoju fizycznego młodych sportowców, podstaw periodyzacji obciążeń oraz wdrażania programów motorycznych w różnych dyscyplinach. Przeprowadzone zostaną zajęcia praktyczne w postaci szkoleń i warsztatów, obejmujących przedstawienie ćwiczeń oraz form ruchu dobranych do danej dyscypliny sportu, skutków wykonywania ćwiczeń, specyfiki działań profilaktycznych ukierunkowanych na okolice ciała najczęściej narażone na uraz. W trakcie warsztatów ma być przedstawiona koncepcja jednostki treningowej, realizującej założenia treningu funkcjonalnego, z odniesieniem do specyfiki dyscypliny sportowej. Program zawiera zapis o weryfikacji zdobytej wiedzy poprzez planowanie i tworzenie programu treningu funkcjonalnego i profilaktycznego dla specyficznych grup sportowców.

Program zakłada, że realizator zostanie wybrany w drodze konkursu ofert, ale nie przedstawiono jasnych kryteriów, zwłaszcza dotyczących wymaganych kompetencji osób, które mają być zaangażowane do programu.

Nie przedstawiono również wystarczających danych do oceny budżetu programu. Projekt zakłada finansowanie z budżetu starostwa powiatu [REDAKTOWANE] do wysokości 10 tys. złotych.

Przewiduje się monitorowanie efektów programu wg wskaźników zgłaszalności oraz oceny weryfikacji wiedzy uczestników programu. Taki sposób monitorowania nie wydaje się wystarczający ani odpowiedni w stosunku do części założonych celów programu, takich jak poprawa jakości kultury ruchowej czy ograniczenie/wyeliminowanie występowania zmian przeciążeniowych we wczesnym wieku.

Podsumowując, przedstawiony projekt programu opiera się przesłankach logicznych, wynikających z powszechnego rozumienia problemu urazów związanych z aktywnością fizyczną. Nie ma jednak wyników badań, które obiektywnie oceniają i potwierdzają skuteczność działań w tym zakresie. Przedstawione w raporcie wyniki badań dotyczą raczej populacji sportowców/osób intensywnie trenujących, których liczba w powiecie [REDAKTOWANE] pozostaje nieznana. Znajduje to odbicie opinii ekspertów, którzy nie mogli ocenić wpływu programu na zdrowotność populacji i na system ochrony zdrowia.

Wadami projektu są braki:

1. oszacowania liczebności populacji docelowej, od której bardzo zależą koszty, np. zajęć warsztatowych, z definicji obejmujących jednorazowo małe grupy,
2. szczegółowego opisu wymagań wobec realizatorów programu,

3. zawartości merytorycznej poszczególnych rodzajów działań.

Byłyby to informacje szczególnie potrzebne przy wyłanianiu realizatora, ponieważ zgłaszający się powinni znać wymagania i zakres zamawianych prac.

Problemem jest też brak wskazania miejsca problemu zdrowotnego, będącego przedmiotem projektowanego działania, wśród innych problemów zdrowotnych społeczności lokalnej. Z opisu programu wynika, że wnioskodawcy oceniają poziom aktywności w powiecie jako „niski”, ale towarzyszą temu „liczne kontuzje”. Trudno więc byłoby ocenić, czy przeznaczone na realizację programu środki zostaną właściwie wydane. Być może bardziej celowe byłoby połączenie promowania aktywności ruchowej z informacją o profilaktyce związanych z nią urazów.