

¿CÓMO MANEJAR EL RIESGO PARA LOS CLIENTES?

Guía para entender el sistema de evaluación previa al ejercicio de la Federación Española de Fitness

Para toda la población, los beneficios del ejercicio físico para la salud superan con creces los riesgos. No obstante, la evaluación previa al ejercicio es una importante red de seguridad para garantizar que las personas que puedan tener un problema médico que los exponga a un mayor riesgo de sufrir un episodio adverso durante el ejercicio puedan ser identificadas y tratadas en consecuencia.

¿Por qué un sistema de evaluación previa al ejercicio de la Federación Española de Fitness?

A pesar de la existencia de distintos sistemas de evaluación previa al ejercicio físico, se ha comprobado que las prácticas de evaluación en la industria del fitness son incoherentes y no sistemáticas.

Desde la FEF hemos detectado la necesidad imperiosa de contar con un sistema lo suficientemente sensible como para identificar a las personas que corren un mayor riesgo y, al mismo tiempo, que sea práctico y fácil de utilizar, a fin de promover su adopción por parte de toda la industria.

Usar el sistema estandarizado de evaluación previa al ejercicio

La herramienta de evaluación previa al ejercicio para adultos permitirá al entrenador y a las instalaciones deportivas reunir información detallada sobre la salud o la enfermedad de sus nuevos clientes o miembros de una manera que sea coherente con la práctica profesional reconocida a nivel nacional y de acuerdo con las pruebas más recientes sobre el riesgo del ejercicio. Se hace un enfoque en tres etapas que permite la aplicación práctica de la herramienta a través de una gama variada de escenarios.

La adopción del sistema proporcionará:

Reducción del riesgo de lesiones o incidentes graves:

- El conocimiento exacto del cliente servirá de base para hacer una prescripción de ejercicios apropiados y puede reducir significativamente la probabilidad de que ocurra una lesión o incidente grave como resultado del consejo del profesional.

Mejora de la reputación profesional:

- El sistema es reconocido en todas las disciplinas de salud relacionadas con el ejercicio físico. La adopción del sistema estandarizado mejorará la capacidad para construir relaciones de derivación a otros profesionales de la salud.

Prueba del deber de cuidado:

- Las normas y códigos profesionales de la Federación recomiendan que se lleve a cabo un examen previo de los clientes como componente esencial de la prescripción de ejercicios. Por lo tanto, la inclusión de la evaluación previa del cliente es una consideración importante durante los casos legales relativos a daños personales sufridos en una sesión o programa de ejercicios.

Descárgate el cuestionario de evaluación previa al ejercicio en fedfitness.org