

بسمه تعالی

"کمیته پیشگیری و ارتقای سلامت ورزشکاران"

ضرورت تشکیل کمیته پیشگیری و ارتقای سلامت ورزشکاران؛

از آنجائیکه انسان موجودی یکپارچه است، همواره وضعیت روانشناختی، جسمانی، اجتماعی و معنوی اش بر روی هم اثر گذاشته که این اثر تعاملی، کیفیت حال و عملکرد انسان را رغم می زند، بنابراین برای نیل به بالاترین سطح عملکرد و رضایت در موجود آدمی ناگزیر باید وضعیت جسمانی، روانشناختی، معنوی و اجتماعی اش مورد ارزیابی قرار گیرد و در یک برنامه هدفمند و منسجم، سلامت همه ابعاد مورد نظر قرار بگیرند. در خصوص عملکرد ورزشکاران حرفه ای این مسأله بسیار حائز اهمیت است، متأسفانه همواره شاهد بوده ایم که رسیدگی به مشکلات جسمانی و روانشناختی ورزشکاران به طور مجزا، فقط در صورت وجود مشکل جدی و در برنامه های واگرا مورد نظر قرار گرفته چنانچه در عرصه ورزش کشور تا به حال شاهد تدوین، برنامه ریزی و اجرای یک برنامه یکپارچه با همکاری و تعامل متخصصین در حوزه های (تغذیه، پز شکی، طب رفتاری، روانشناختی، اجتماعی و معنوی و ...) مختلف نبوده ایم، بلکه با توجه به برنامه های پراکنده، کوتاه مدت و تک بعدی برخی متخصصین در حوزه تغذیه، روانشناسی یا طب رفتاری شاهد صرف انرژی و منابع به طور غیر منسجم در نتیجه عدم نیل به اهداف بلند مدت و پایدار بوده ایم، که این مسأله با اهداف توسعه پایدار و اقتصاد مقاومتی مطرح شده توسط مقام معظم رهبری منافات داشته و هم راستا نمی باشد، لذا جهت نیل به بالاترین سطح رضایت و عملکرد ورزشی و رفتاری توأم با سلامت پایدار در ورزشکاران عزیزمان که سرمایه های ملی هر جامعه ای هستند، بر آن شدیم تا " کمیته پیشگیری و ارتقای سلامت ورزشکاران " را به لطف حضرت باری تعالی با ساختار، اهداف و عملکرد های ذکر شده برای اولین بار در ورزش کشور و در ورزش جهان در انجمن " جوجیتسو ایران " تأسیس نموده و با افتخار خدمتی، حرفه ای و ماندگار به جامعه ورزش حرفه ای کشور برسانیم.

دکتر آتنا ناصری

متخصص روانشناسی سلامت

بسمه تعالی

اهداف ایجاد " کمیته پیشگیری و ارتقای سلامت ورزشکاران "

۱- جلوگیری از موازی کاری ضمن یکپارچه سازی عملکرد سیستم های پزشکی، روانشناسی، طب ورزشی، تغذیه و در تربیت ورزشکاران

۲- تشکیل و ایجاد پرونده سلامت برای ورزشکاران شامل سابقه و وضعیت جسمانی و روانشناختی و رفتاری ورزشکار، جهت آگاهی هرچه بیشتر کادر ورزشی

۳- در نظر گرفتن امتیاز سلامت(جسمانی و روانشناختی) برای ورزشکاران که در انتخاب آنها در تیم های ورزشی موثر باشد و باعث ترغیب ورزشکاران برای بالا بردن سطح سلامت جسمانی و روانشناختی خویش گردد.

۴- مراقبت و حفظ سرمایه های ملی و جهانی و بهره برداری بهینه از انرژی ها و منابع صرف شده برای تربیت ورزشکاران

۵- افزایش سطح عملکرد کمی و کیفی ورزشکاران در میادین ورزشی

۶- افزایش رضایتمندی، سلامت روانشناختی، سلامت جسمی و طول عمر مفید در ورزشکاران

۷- پیشگیری از ابتلاء ورزشکاران به برخی بیماری های جسمی و روانشناختی در معرض خطر

۸- تشخیص زود هنگام و درمان در صورت ابتلاء به بیماری های جسمی و روانشناختی با انجام غربالگری های منظم

۹- کاهش آسیب های ورزشی و پیامدهای ناشی از آسیب های ورزشی

۱۰- یکپارچه سازی سلامت روانشناختی، جسمانی، اجتماعی و معنوی ورزشکاران حرفه ای برای رسیدن به سلامت پایدار

۱۱- آئین نامه ها، برنامه ها و روش های هدفمند و منسجم برای نیل به سلامت پایدار جامعه ورزشی کشور

بسمه تعالی

عملکرد کمیته "پیشگیری و ارتقاء سلامت ورزشکاران"

- ۱- به طور کلی عملکرد کمیته "پیشگیری و ارتقاء سلامت ورزشکاران" در ۳ سطح پیشگیری؛ ۱- پیشگیری اولیه با هدف جلوگیری از ابتلاء جامعه سالم به بیماری های جسمانی و روانشناختی
- ۲- پیشگیری ثانویه با هدف جلوگیری از ابتلاء جامعه در معرض خطر با ریسک بالا در ابتلاء
- ۳- پیشگیری ثالث: با هدف کمک به جامعه مبتلاء به مشکلات جسمانی و روانشناختی برای رسیدن به بالاترین سطح رضایت و استقلال
که فعالیت های کمیته در هر ۳ سطح، پیشگیری شامل؛
ارزیابی، مانیتورینگ، آموزش، درمان، مراقبت و پیگیری می باشند
- ۲- آموزش در سطح فردی و گروهی برای نیل به سلامت پایدار در ورزشکاران
- ۳- تدوین و اجرای برنامه های مراقبت و پیگیری
- ۴- طراحی، اجرا و ارزشیابی مداخلات توسط متخصصین مجرب با هدف کنترل و مراقبت مستمر از افراد سالم، افراد در معرض خطر و بیماران نیازمند کنترل عوامل خطر (risk factors)
- ۵- اخذ شرح حال و معاینات کامل (جسمانی و روانشناختی) دوره ای
- ۶- تشکیل پرونده سلامت برای ورزشکاران و کادر ورزشی
- ۷- ارزیابی عوامل خطر سلامت جسمانی و روانشناختی (health risk assessment)
- ۸- انجام تست های تشخیصی جسمانی و روانشناختی
- ۹- برنامه های غربالگری و طراحی سیستم یادآوری جهت اقدامات غربالگری روتین
- ۱۰- خدمات ارتقای سلامت در زمینه های سلامت جسمانی، سلامت روانشناختی، سلامت اجتماعی و سلامت معنوی برای ورزشکاران