

Aptidão Desportiva ou Aptidão Laboral? Um Debate Necessário

Sports Fitness or Occupational Fitness? A Necessary Debate

Palavras-chave: Aptidão Física; Medicina Desportiva; Medicina do Trabalho; Portugal

Keywords: Occupational Medicine; Physical Fitness; Portugal; Sports Medicine

Em Portugal, a Medicina do Trabalho e a Medicina Desportiva, embora distintas na sua génese, partilham os princípios transversais a todas as especialidades médicas de prevenção e promoção da saúde, com especial relevância na população ativa.

A Medicina Desportiva intervém tanto na avaliação da aptidão para a prática desportiva como na prevenção, diagnóstico e tratamento de lesões relacionadas com a mesma, acompanhando os atletas em contexto competitivo, inclusive de alto rendimento, assegurando a sua aptidão para um desempenho físico exigente. No entanto, importa refletir sobre uma realidade frequentemente negligenciada: sendo o desporto a profissão de muitos atletas, não deveriam estes ser igualmente abrangidos pela Medicina do Trabalho?

A Medicina do Trabalho atua em contexto laboral, com foco na vigilância da saúde dos trabalhadores, na prevenção de doenças profissionais, na identificação precoce de riscos profissionais e na adaptação das condições laborais às capacidades individuais, promovendo ambientes de trabalho saudáveis. Avalia, portanto, a aptidão para o exercício global da atividade, independentemente da natureza da mesma.^{1,2} No caso dos atletas, esta abordagem permitiria considerar dimensões que ultrapassam a condição física-desportiva, como o impacto dos riscos psicossociais e stress e os horários praticados, as exigências ergonómicas e até aspetos relacionados com a longevidade da carreira e preparação para a reforma.³

Enquanto a Medicina Desportiva privilegia o desempenho e a prevenção de lesões no contexto desportivo, a Medicina do Trabalho oferece uma abordagem mais abrangente, com potencial para complementar com estratégias de reabilitação profissional, vigilância da saúde mental e planeamento de transição de carreira. A articulação entre

estas especialidades já foi destacada como oportunidade para desenvolver modelos integrados de intervenção em saúde.^{3,4}

Em alguns países têm-se explorado estes modelos, reconhecendo os atletas profissionais como indivíduos com direitos laborais e necessidades de saúde específicas.^{3,4} No contexto português, tal articulação não está formalmente estruturada, apesar do aumento da carreira profissional no desporto e da crescente sensibilização para os impactos ocupacionais desta atividade.

Torna-se, assim, pertinente, promover o debate sobre o desenvolvimento de modelos complementares de intervenção em saúde entre a Medicina Desportiva e a Medicina do Trabalho, com vista a uma maior proteção laboral e promoção de saúde ao longo da vida ativa dos desportistas profissionais. Integrar estas duas áreas não é apenas uma questão de eficiência clínica, mas um imperativo ético, garantindo que quem vive do desporto o faça com saúde, dignidade e segurança ao longo de todo o ciclo de vida ativo e laboral.

ACKNOWLEDGMENTS

Os autores declaram não ter utilizado ferramentas de inteligência artificial na elaboração do artigo.

CONTRIBUTO DOS AUTORES

MGL: Conceção do trabalho, recolha de dados, revisão crítica do manuscrito.

FOR, JPCB, JPSL: Análise e interpretação de dados, revisão crítica do manuscrito.

LP: Conceção do trabalho, análise e interpretação de dados, revisão crítica do manuscrito.

Todos os autores aprovaram a versão final a ser publicada.

CONFLITOS DE INTERESSE

Os autores declaram não ter conflitos de interesse relacionados com o presente trabalho.

FONTES DE FINANCIAMENTO

Este trabalho não recebeu qualquer tipo de suporte financeiro de nenhuma entidade no domínio público ou privado.

REFERÊNCIAS

- Portugal. Decreto-Lei n.º 10/2009. Diário da República, I Série, n.º 7 (2009/01/12). p.220-4.
- Portugal. Lei n.º 102/2009. Diário da República, I Série, n.º 176 (2009/09/10). p.6167-92.
- Sánchez AR. Sports medicine vs occupational medicine: two divergent specialties with a common past. *Arch Med Deporte*. 2017;34:152-6.
- Caine DJ. Sports and occupational medicine: two sides of the same coin? *Occup Med*. 2006;56:248-9.

Marta GRÁCIO LAGOA , Flávio DE OLIVEIRA RIBEIRO , João Pedro CARVALHO BARBOSA ,
João Pedro DE SOUSA LIMA¹, Lisa PIRES ¹

¹. Serviço de Medicina do Trabalho. Instituto Português de Oncologia do Porto Francisco Gentil. Porto. Portugal.

 Autor correspondente: Marta Grácio Lagoa. marta_lagoa10@hotmail.com

Recebido/Received: 12/08/2025 - Aceite/Accepted: 27/10/2025 - Publicado/Published: 02/01/2026

Copyright © Ordem dos Médicos 2026

<https://doi.org/10.20344/amp.23817>

