

PHYSIOMASS

BENESSERE E SALUTE

PHYSIOMASS

BENESSERE E SALUTE

CORSO PERSONAL TRAINER 1° LIVELLO
ASPETTI LEGALI DEL PERSONAL TRAINER



CORSO PERSONAL TRAINER 1° LIVELLO

MODULO: ASPETTI LEGALI E NORMATIVI

LEZIONE: Aspetti Legali del Personal Trainer - Diritti, Doveri e Responsabilità nell'Era Fitness

Ciao a tutti e benvenuti in una lezione fondamentale, forse la più importante per la tutela della vostra carriera e della sicurezza dei vostri clienti.

Oggi non parleremo di muscoli o di allenamento, ma dell'**IMPIANTO NORMATIVO** che regola la nostra professione. Ignorare questi aspetti non è solo ingenuo, è **ESTREMAMENTE PERICOLOSO**.

Diventeremo esperti di **RESPONSABILITÀ GIURIDICA**, di **TUTELA PROFESSIONALE** e di **DIRITTI DEL LIBERO PROFESSIONISTA**. Affronteremo tutto, dalla legge quadro aggiornata al 2025, ai contratti, alle assicurazioni, fino alla gestione dei casi di infortunio. Siate pronti a prendere appunti, perché ogni singolo concetto che affronteremo è un **MATTONE** per costruire una carriera solida e sicura.

INQUADRAMENTO GIURIDICO DELLA PROFESSIONE: LA LEGGE 205/2017 E SUCCESSIVE INTEGRAZIONI

La nostra professione ha finalmente un riconoscimento giuridico chiaro. Dobbiamo conoscerlo alla perfezione.

LA LEGGE DI BILANCIO 2017 E IL D.LGS. 13/2023: CHI SIAMO E COSA POSSIAMO FARE

La **Legge 205/2017 (Legge di Bilancio 2018)**, all'articolo 61, comma 2-bis, ha finalmente dato una definizione giuridica alle **PROFESSIONI SPORTIVE NON REGOLAMENTATE**, categoria in cui rientriamo.

Questo significa che per esercitare NON serve un **ALBO PROFESSIONALE** (come per medici o avvocati), ma è necessario possedere dei **PRECISI REQUISITI**.

Con il **Decreto Legislativo 13/2023** di attuazione, sono stati definitivamente chiariti i titoli necessari. Possono esercitare la professione di Personal Trainer coloro in possesso di:

- **LAUREA in Scienze Motorie** (L22)
- **DIPLOMA DI TECNICO SPORTIVO** rilasciato dal CONI
- **CERTIFICAZIONI INTERNAZIONALI RICONOSCIUTE** (ES. ACSM, NASM, ACE, ISSA) purché correttamente equiparate e in regola con la normativa italiana.
- **ATTESTATI DI QUALIFICA PROFESSIONALE** rilasciati da Enti di Formazione accreditati dalle Regioni, come previsto dal **Repertorio Nazionale delle Qualifiche**.

Chi opera senza questi titoli commette un **ABUSIVISMO PROFESSIONALE**, sanzionabile penalmente.

LA RESPONSABILITÀ CIVILE DEL PERSONAL TRAINER: IL CONCETTO DI "DILIGENZA DEL BUON PADRE DI FAMIGLIA"

Il nostro lavoro è un'attività di **MISSIONE** che implica un rapporto di fiducia. Il cliente affida a noi la sua salute. La legge ci impone un dovere di protezione.

IL DOVERE DI DILIGENZA: COSA SIGNIFICA NELLA PRATICA

Secondo l'**articolo 1176 del Codice Civile**, nell'esercizio della vostra attività dovete usare la **DILIGENZA DEL BUON PADRE DI FAMIGLIA**. Nel nostro caso, questo si traduce in:

- **DOVERE DI INFORMAZIONE:** Dovete informare il cliente sui rischi connessi all'attività fisica, sulle controindicazioni degli esercizi, sulle corrette modalità di esecuzione.

- **DOVERE DI VALUTAZIONE:** È **OBBLIGATORIO** sottoporre il cliente a un'attenta **VALUTAZIONE DELLO STATO DI SALUTE** prima di qualsiasi attività.
- **DOVERE DI SORVEGLIANZA:** Dovete supervisionare costantemente l'esecuzione degli esercizi, correggendo tempestivamente gli errori.
- **DOVERE DI AGGIORNAMENTO:** Siete tenuti a mantenere aggiornate le vostre competenze. L'ignoranza non è una scusante di fronte a un giudice.

LA COLPA GRAVE E IL MANCATO RISPETTO DEI PROTOCOLLI

Se un cliente si infortuna a causa della vostra **NEGLIGENZA, IMPRUDENZA o IMPERIZIA** (mancanza di competenza), siete civilmente responsabili.

La **COLPA GRAVE** si configura, ad esempio, se:

- Non avete richiesto il certificato medico.
- Avete proposto esercizi inappropriati per le condizioni del cliente.
- Non avete corretto una tecnica palesemente pericolosa.
- Non siete intervenuti in caso di evidente disagio del cliente.

In questi casi, sarete tenuti a risarcire il danno patrimoniale (spese mediche, danni economici) e non patrimoniale (danno biologico, morale) subito dal cliente.

LO STRUMENTO FONDAMENTALE: L'ASSICURAZIONE DI RESPONSABILITÀ CIVILE PROFESSIONALE

Questo non è un consiglio, è un **OBBLIGO ASSOLUTO**. Non esistono eccezioni.

PERCHÉ L'RC PROFESSIONALE È NON NEGOZIABILE

L'**Assicurazione di Responsabilità Civile Professionale** è uno scudo che protegge il vostro patrimonio personale (casa, auto, risparmi) in caso di citazioni legali per presunta negligenza.

NON CONFONDETELA con l'assicurazione infortuni del cliente. Quella tutela lui, la vostra RC tutela VOI.

La polizza deve coprire:

- **DANNI A TERZI** (il cliente)
- **DANNI A COSE** (attrezzature della palestra o del cliente)
- **SPESE LEGALI** per la vostra difesa in tribunale

Controllate sempre i **MASSIMALI DI COPERTURA** (l'importo massimo che l'assicurazione pagherà) e le **CLAUSOLE DI ESCLUSIONE**. Una polizza da almeno 1-2 milioni di euro è oggi considerata lo standard minimo.

LA VALUTAZIONE DELLO STATO DI SALUTE: IL PRIMO, INELUDIBILE, PASSO

Questo è il momento più importante della relazione con il cliente. È la vostra principale azione di prevenzione e tutela.

IL QUESTIONARIO ANAMNESTICO DETTAGLIATO

Prima del primo allenamento, dovete far compilare un **QUESTIONARIO ANAMNESTICO** approfondito. Deve indagare:

- **STORIA CLINICA PERSONALE E FAMILIARE** (cardiopatie, diabete, ipertensione)
- **PREGRESSI INFORTUNI** o interventi chirurgici
- **ABITUDINI DI VITA** (alimentazione, fumo, alcol, sonno)

- **USO DI FARMACI**
- **ALLERGIE**

Questo documento deve essere **AGGIORNATO PERIODICAMENTE** (almeno una volta all'anno) e **CONSERVATO** in rispetto al **GDPR (Regolamento Generale sulla Protezione dei Dati)**.

IL CERTIFICATO MEDICO: QUAL È QUELLO GIUSTO?

La normativa italiana è chiara:

- **CERTIFICATO DI IDONEITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA:** È il documento **OBBLIGATORIO** per chiunque svolga attività sportiva presso società e associazioni sportive (quindi anche la maggior parte delle palestre). Ha validità di 1 anno.
- **CERTIFICATO DI IDONEITÀ SPORTIVA AGONISTICA:** Obbligatorio per gli atleti agonisti, con validità ridotta.
- **CERTIFICATO DI BUONA SALUTE:** Spesso confuso con il primo, ma **NON È SUFFICIENTE**. Un certificato generico rilasciato dal medico di base non sostituisce il certificato di idoneità sportiva, che richiede esami specifici (ad esempio elettrocardiogramma sotto sforzo).

La vostra responsabilità è **RICHIEDERE E VISIONARE** il certificato appropriato e **CONSERVARNE COPIA**. Allenare un cliente sprovvisto di certificato valido configura una gravissima negligenza.

IL CONSENSO INFORMATO: LA CHIAVE DELLA TRASPARENZA

Il consenso informato non è un semplice modulo, è un **PROCESSO COMUNICATIVO** che si conclude con una firma.

COS'È E COSA DEVE CONTENERE

Il **Consenso Informato** è il documento con cui il cliente, dopo essere stato accuratamente informato sui rischi, benefici e alternative dell'attività proposta, **DICHIARA DI ACCETTARE CONSAPEVOLMENTE** di sottoporsi al programma di allenamento.

Deve essere:

- **CHIARO E COMPRENSIBILE** (scritto in linguaggio semplice)
- **SPECIFICO** (riferito al programma che andrete a svolgere)
- **DETTAGLIATO** (deve elencare i rischi potenziali, anche se remoti)

Un consenso informato ben strutturato è una prova fondamentale in sede legale, in quanto dimostra che il cliente era a conoscenza dei rischi e ha accettato di affrontarli.

LA GESTIONE DEGLI INFORTUNI: COSA FARE (E NON FARE) IN CASO DI INCIDENTE

Nonostante tutta la prevenzione, un infortunio può accadere. La vostra reazione è cruciale.

PROTOCOLLO DI PRONTO SOCCORSO

1. **ASSISTERE** immediatamente il cliente, allertando se necessario il 118.
2. **NON SOMMINISTRARE** farmaci di alcun tipo (se non si è medici).
3. **DOCUMENTARE** tutto. Compilare un **VERBALE DI INFORTUNIO** dettagliato, con data, ora, dinamica dell'incidente, testimoni e condizioni del cliente.
4. **COMUNICARE** tempestivamente all'assicurazione RC professionale.

5. **CONSERVARE** tutta la documentazione (questionario anamnestico, certificato medico, consenso informato, verbale infortunio).

LA RESPONSABILITÀ PENALE: QUANDO L'INFORTUNIO DIVENTA REATO

In casi estremi, un infortunio può configurare un reato.

- **LESIONI PERSONALI COLPOSE** (articolo 590 del Codice Penale): Se l'infortunio causa una malattia con una prognosi superiore ai 40 giorni.
- **OMICIDIO COLPOSO** (articolo 589 del Codice Penale): In caso di morte del cliente.
Questi reati scattano in caso di **GRAVE NEGLIGENZA** (ad esempio, aver sottovalutato gravi sintomi riferiti dal cliente o averlo spinto a fare esercizi pericolosi nonostante le sue condizioni note).

CONCLUSIONE: LA PROFESSIONALITÀ COME SCUDO

Diventare un Personal Trainer non significa solo saper creare schede di allenamento. Significa essere un **PROFESSIONISTA CONSAPEVOLE**.

Significa costruire la propria carriera su un fondamento di **SERIETÀ, COMPETENZA e RISPETTO DELLE REGOLE**.

I documenti di cui abbiamo parlato – **assicurazione RC, questionario anamnestico, certificato medico, consenso informato** – non sono burocrazia. Sono gli **STRUMENTI DEL VOSTRO MESTIERE**, tanto quanto i pesi e i manubri.

Utilizzateli sempre. Proteggerete i vostri clienti, ma, prima di ogni altra cosa, proteggerete **VOI STESSI** e il frutto del vostro lavoro.

Questa non è solo una lezione di diritto, è una lezione su come costruire una carriera lunga, rispettata e al di sopra di ogni sospetto.