

Prevención y deporte, siempre de la mano

(martes, 03 de mayo de 2011) - Diario Médico (por Isabel Gallardo Ponce)

El ejercicio como fuente de salud y de prevención de ciertos factores de riesgo y patologías, especialmente de eventos cardiacos, la necesidad de contar con entrenadores formados que dirijan la práctica de actividad física, y la celebración de la consideración de la Medicina del Deporte como una especialidad vía MIR, han sido algunos de los temas tratados en el IV Simposio de Prevención en el Fútbol y en el Deporte, organizado un año más por Antonio López Farré y Roberto Gómez, y dirigida a todos los profesionales relacionados con el deporte.

"El deportista somete su cuerpo y corazón a un sobreesfuerzo para el que, en principio, no está diseñado, y a la larga puede pasarle factura", ha dicho Luis Azcona, cardiólogo del Hospital Clínico San Carlos de Madrid, en el IV Simposio de Prevención en el Fútbol y en el Deporte, celebrado en Madrid. Por ello recomienda que tras abandonar la competición el atleta continúe haciendo deporte 4 ó 5 días a la semana y mantenga una vida sana para evitar la aparición de factores de riesgo cardiovascular. Rodrigo Rial, cirujano vascular del mismo centro, ha explicado que "el deportista retirado es un jubilado temprano que debe mantener la práctica de ejercicio y la exigencia física en función de sus limitaciones".

Según Pedro Riesco, exfutbolista, las secuelas de las lesiones se hacen más patentes tras la retirada, pero, pese a ello, la adquisición de buenos hábitos ayuda a mantener un ritmo constante. Pedro Pérez Segura, oncólogo del Clínico, ha expuesto que el riesgo de padecer un tumor es el mismo que el de la población general, pero ha instado a los atletas a participar en los programas de cribado activos y en los mensajes de salud pública, ya que "por cada mensaje que mandan, se previene más de lo que transmitimos nosotros en la consulta".

Estrés y espectador

Uno de los temas que preocupan a los expertos es la repercusión del estrés en la salud del espectador de eventos deportivos. En ese sentido, según Enrique Ruiz, diputado de la Asamblea de Madrid, "deberíamos desapasionar los eventos deportivos, educar en ser espectadores y no ver el campo como uno de batalla".

Un estudio publicado en el New England Journal of Medicine y realizado durante el Mundial de fútbol de Alemania, establece que los días en los que la selección alemana jugaba, las emergencias por cardiopatías fueron 2,66 veces superiores al resto de los días, y las incidencias aumentaban en las 2 horas posteriores. Sin embargo, las cifras aportadas por Pedro Martínez Tenorio, director del Summa 112, difieren respecto al espectador español.

"Los datos del último partido de la Copa del Rey muestran una reducción de nuestra actividad en Madrid del 35 por ciento. Ante la emoción, la enfermedad desaparece". Según él, la asistencia de los equipos de emergencias se centra más en los espectadores y menos en los jugadores, y se relaciona con la violencia. Juan Manuel Alonso, director de los Servicios Médicos de la Federación Española de Atletismo, ha afirmado que se produce una muerte súbita por cada 800.000 espectadores de fútbol.

"Tenemos que conocer el impacto del problema para actuar". Además, ha coincidido con José María Villalón, jefe de los Servicios Médicos del Atlético de Madrid, en la necesidad de que las instalaciones deportivas reúnan las condiciones para atender una emergencia cardiaca. "Quizá deberíamos crear una normativa que asegure la asistencia. Para ello tenemos una doble labor: la instalación de desfibriladores y la formación de las técnicas de reanimación cardiopulmonar (RCP)", ha apuntado Villalón. Carlos Macaya, presidente de la Sociedad Española de Cardiología, que ha

presentado un decálogo para disfrutar del fútbol cardiosaludablemente, ha añadido la necesidad de colocar desfibriladores en las plazas de toros y formar en RCP.

Además, ha reivindicado la preparación física de los toreros, picadores y banderilleros. Los primeros deben obtener resistencia, velocidad de reacción de los grupos musculares, flexibilidad y la fuerza necesaria para entrar a matar al toro. "Ante la ausencia de federación, lo deseable sería que se hicieran chequeos, sabiendo que se van a someter a un estrés psicológico que afecta al corazón". Macaya se ha referido al caso del torero portugués Víctor Mendes, al que su mujer y su suegro, ambos cardiólogos, le colocaron un holter para observar la respuesta del corazón durante la lidia. Así se observó que la frecuencia cardiaca más baja fue de 120 y que al entrar a matar aumentaba a 170.

LA MEDICINA DEL DEPORTE, DE ENHORABUENA

"En

esta llamada época de oro del deporte español, ¿creen que esto hubiera sido posible sin ayuda de la Medicina Deportiva?" Ésta ha sido la reflexión de Helena Herrera, jefe de los servicios médicos de la Mutuality de Futbolistas de la Federación Española de Fútbol, a propósito del reciente anuncio de la ministra de Sanidad sobre la incorporación de la Medicina del Deporte a la vía MIR.

Herrera

ha alabado la labor preventiva de la especialidad para apoyar la salud: "La formación del profesional debe ser transversal porque abarca ámbitos muy diferentes". Por su parte, Juan José Rodríguez Sendín, presidente de la OMC, ha apuntado que "no entendemos que los cuidados o la prevención al hacer deporte tenga que variar de unos deportistas a otros por el hecho de ser profesionales o no. La mejor manera de poner a la Medicina del Deporte donde le corresponde, de que siga avanzando y responda a lo que la ley espera de ella y a aquéllos que realizan ejercicio físico, es que sea una especialidad vía MIR con las mismas categorías y compromisos".

Pedro Manonelles, presidente de Federación Española de Medicina del Deporte, se ha mostrado satisfecho, ya que "se ha entendido que la Medicina del Deporte hace un trabajo importante para el avance de los atletas, no solamente en la prevención y tratamiento de lesiones, sino porque hay que optimizar los entrenamientos y para ello son necesarios los conocimientos fisiológicos y el apoyo que debe de proporcionar el médico del deporte".

El

caballo de batalla de la especialidad, según Ángel Marín Pastor, presidente de la Federación de Medicina y Educación Física del Deporte, es el desarrollo de la "normativa vigente que establezca claramente dotaciones de mínimos de especialistas que deben estar presentes en competiciones deportivas, federaciones, etc.". Julio César Legido, presidente de la Comisión Nacional de Medicina del Deporte, al igual que el resto de ponentes, ha agradecido la labor del Consejo Superior de Deportes, de la OMC y de otras instituciones para alcanzar este nuevo estatus de la especialidad, y ha apuntado que "el futuro parece halagüeño". Por su parte, José Luis Terreros, subdirector general del Consejo Superior de Deportes, ha señalado que los retos "son crear un programa formativo, acreditar nuevos centros y conseguir la financiación suficiente para que la especialidad siga viva".