

Pasado, presente y futuro de la medicina deportiva

Past, present and future of Sports Medicine

Juan Albors Baga¹, Enrique Gastaldi Orquin^{1, 2}

1. Hospital "9 de Octubre". Valencia

1. Servicio de Traumatología Deportiva "Clínica Gastaldi"

2. Reial Acadèmia de Medicina i Ciències Afins de la Comunitat Valenciana

La práctica de actividades deportivas se ha convertido en un fenómeno emergente que se incorpora de forma generalizada al estilo de vida propio de las sociedades desarrolladas, probablemente como consecuencia de la reorientación de hábitos hacia estilos de vida saludables. La relación entre la actividad física y la salud se basa en la evidencia que proporcionan los cada vez más numerosos estudios que han encontrado una influencia positiva del estilo de vida físicamente activo de los individuos sobre el desarrollo de las enfermedades más prevalentes en la sociedad moderna¹. Sin embargo, desde hace siglos el ser humano participa en juegos y deportes para conseguir un estado mental óptimo.

La Medicina Deportiva tiene raíces muy antiguas; ya hace más de cinco mil años, la medicina china y asiática utilizaba determinados ejercicios para purificar el cuerpo y el alma. Pero, es en la Grecia antigua donde adquiere su máxima difusión gracias, especialmente, a los trabajos de Galeno, que resaltaba la importancia de la opinión del médico en las actividades físicas, independientemente de la del profesor de educación física: de ahí que muchos designen al médico de Pérgamo como el padre de la Medicina Deportiva.

En tiempos más recientes el carácter científico y la investigación van otorgando mayor peso y categoría a la disciplina; sin embargo, no fue hasta los Juegos Olímpicos de invierno de 1928, en St. Moritz, cuando un comité especial decidió realizar el primer congreso internacional de Medicina del Deporte.

Desde sus inicios, la Medicina del Deporte ha sido una rama multidisciplinaria, no solo para tratar lesiones, sino para prevenirlas y para instruir a los atletas en la competición. El médico alemán Ernst Jokl (1907-1997) se dedicó a la investigación y desarrollo de esta especialidad con un criterio visionario especial, primero en Berlín y después como expatriado en Sudáfrica y, finalmente, en los Estados Unidos. Fue fundador del *American College of Sports Medicine*, la organización de medicina deportiva más prominente de los Estados Unidos. El Dr. Augustus Thorndike (1896-1986), profesor de la Universidad de Harvard escribió obras pioneras en Medicina del Deporte. Él inició políticas para la práctica del deporte competitivo que exigían la presencia de un médico en deportes de contacto y apoyó la idea de que un médico debía decidir

si un deportista lesionado podía continuar compitiendo. En nuestro país, los inicios de la medicina del deporte pueden situarse hacia 1932, cuando el doctor Emili Moragas funda la *Mutual Esportiva de Catalunya*, que se orientó principalmente hacia la traumatología con el impulso del Dr. Cabot Dalmau. Por este motivo la medicina del deporte se ha venido desarrollando como traumatología del deporte. Posteriormente se crearían la Escuela Catalana de Traumatología del Deporte, la Mutualidad de Futbolistas Españoles y la Mutualidad General Deportiva. Esta última ha desaparecido en noviembre de 2012.

En los Estados Unidos, la Medicina del Deporte es una subespecialidad reconocida desde 1989, con más de 70 plazas para especializarse y unos mil especialistas certificados. Al contrario, en España, el borrador de Real Decreto de Troncalidad del Ministerio de Sanidad, de 11 de febrero de 2011, declaraba a extinguir la especialidad médica de Medicina de la Educación Física y del Deporte. Ante esta situación, diferentes grupos y Asociaciones, entre los que destacó la Federación Española de Medicina del Deporte (FEMEDE), iniciaron un proceso para impedir que la especialidad de Medicina de la Educación Física y del Deporte desapareciera. Fue un periodo de tiempo que obligó a un trabajo arduo, a veces agotador, muchas veces desalentador, pero se consideró un tema de alta trascendencia, hasta que la entonces ministra de Sanidad, Política Social e Igualdad, Sra. Leire Pajín Iraola, en el pleno del Congreso de los Diputados manifestó que "La Medicina de Educación Física y el Deporte, y la Medicina Legal y Forense, que en la actualidad se cursan en régimen de alumnado, serán afianzadas mediante su consideración como especialidades a desarrollar por el sistema MIR (Médico Interno Residente)", en respuesta a una pregunta de la diputada socialista Concepción Sanz Carrillo, y en la que la ministra señaló que "la Medicina de Educación Física y el Deporte es fundamental para intensificar la labor preventiva".

Está claro que la Medicina del Deporte no solo abarca lesiones músculo-esqueléticas, sino también problemas que requieren el trabajo en equipo con múltiples especialidades: Cardiología, Neumología, Ortopedia, Fisiología del Ejercicio, Traumatología, entre otras. Además, tiene que contemplar problemas relacionados

con las competencias internacionales como son el efecto del viaje y la aclimatación. Una de sus próximas metas es la prevención de lesiones, tanto en los deportistas de alta competencia como en aquellos que lo hacen únicamente por placer o salud.

Además se ha de tener en cuenta que un deportista se debe someter a un examen médico de idoneidad general que abarca los estudios cardio-circulatorios, otorrinolaringológicos, oftalmológicos, estomatológicos y a los exámenes complementarios radiológicos, analíticos, etc, sin olvidarse de otras áreas como la nutrición con encuestas dietéticas para conocer la alimentación del deportista, tanto en calidad como en cantidad, siguiendo con el consejo nutricional sobre horarios de comidas, según entrenamiento y competición, dietas precompetitivas y postcompetitivas, tipos de alimentos, hábitos de comida.

Actualmente, cada vez es mayor el número de personas que cuando su problema está relacionado con la práctica de su actividad física, acuden a un especialista en Medicina del Deporte. La especialización en esta rama parece necesaria, tanto más cuando la práctica deportiva es cada vez más exigente y requiere de unos conocimientos precisos en los que actualmente participan diversas especialidades, con el uso de medios técnicos cada vez más sofisticados que exigen no solo la persistencia de la especialidad, sino su implementación y el concepto de multidisciplinariedad aplicado a la medicina del deporte.

Estamos hablando de diferentes aspectos a tener en cuenta con el deportista: la selección de talento deportivo, la valoración de la aptitud, el seguimiento, el control del entrenamiento con test de todo tipo así como la atención al lesionado y después su rehabilitación.

Los centros de Medicina del Deporte van en aumento en número; las administraciones autonómicas, habiéndose dado cuenta de que la Medicina del Deporte tiene que estar con el deporte y los deportistas, apoyan la creación de centros con grandes equipamientos, aunque siempre sujetas a la coyuntura económica y social que, en momentos como el actual, implica escasez de personal y equipamientos.

La incorporación de especialistas en Medicina del Deporte a las instituciones de la Seguridad Social, probablemente en centros de salud, sería un paso para incorporar a estos profesionales en un área tan importante como es la medicina preventiva.

Son frecuentes los cursos, symposiums, jornadas, congresos, nacionales e internacionales organizados en territorio español. Todo ello con la idea de la formación continuada para el médico del deporte, actividad esencial teniendo en cuenta las carencias que ha existido en el pasado.

El futuro de la Medicina del Deporte en España es prometedor, a pesar de las dificultades presentes. En cualquier caso, habrá que esperar para conocer cuál va a ser el futuro de la Medicina del Deporte en la Unión Europea.

Tema de especial actualidad en nuestro días dentro del mundo de la Medicina del Deporte y por el que no debemos pasar de puntillas es el dopaje. Es una lacra entre nuestros atletas que con la colaboración decidida de todos debe ser erradicada.

Con todo conviene no olvidar que el doping no es más que un reflejo de la sociedad en la que vivimos y en la que prima el éxito, aun a costa de graves riesgos para la salud. Toda lucha que se emprenda contra el dopaje, debe buscar las máximas garantías éticas en la práctica deportiva, asegurando la igualdad de condiciones en la competición de forma tal, que los resultados dependan de la preparación y aptitudes de los deportistas y no de la administración de sustancias para mejorar el rendimiento. Preservar la salud con la práctica del ejercicio requiere no provocar alteraciones y/o patologías en la persona que lo practica.

El enfoque para afrontar esta delicada temática debe ser multidisciplinar con implicación prioritaria de las administraciones públicas a través de la nueva ley antidopaje, aprobada por el pleno del Congreso el 13 de junio de 2013, que adapta totalmente la normativa española al Código Mundial Antidopaje. Debe seguir la educación de nuestros deportistas y su entorno para que no se cometan errores por desconocimiento de sustancias o métodos prohibidos y continuando con la información a medios de comunicación, padres y directivos de clubes.

Es momento de reflexión en materia de dopaje; es nuestro deber velar por la salud de nuestros deportistas. La participación en materia de dopaje de algún médico del deporte es un asunto deontológicamente reprochable, profesionalmente detestable y está absolutamente penalizado. El deporte no puede estar medicalizado. El camino a recorrer es arduo pero las líneas de actuación son claras: esfuerzo, trabajo y el respeto por la Medicina del Deporte en un marco estricto de ética personal y profesional.

Bibliografía

1. T. Robledo de Dios, R. Ortega Sánchez-Pinilla, C. Cabezas Peña, D. Forés García, M. Nebot Adell y R. Córdoba García. Recomendaciones sobre el estilo de vida. *Aten Primaria* 2003;32 Supl 2:30-44