

Conclusiones Grupo de Trabajo “Avilés” de Medicina del Deporte

XI Jornadas de Trabajo. Barcelona, octubre 2022

La organización corrió a cargo del Departamento de Deporte y Salud de la Comisión Española para la Lucha Antidopaje en el Deporte (CELAD) y de la *Secretaria General de l'Esport i l'Activitat Física* (SGEAF) a través del CAR de Sant Cugat y del *Consell Català de l'Esport*. Las Jornadas tuvieron lugar en el Centro de Alto Rendimiento de Sant Cugat y en el Museo Colet de Barcelona.

CONCLUSIONES:

- Se insiste en la importancia de los reconocimientos médicos previos a la práctica deportiva para la prevención de la Muerte Súbita. Una exploración médico-deportiva que incluya anamnesis, exploración física y ECG, es esencial como punto de partida. La realización de pruebas más específicas como ecocardiograma o prueba de esfuerzo estarían indicadas como complementarias para los deportistas a partir de los 14 o 15 años o en el caso de sospecha de patología cardíaca.
- El ejercicio de resistencia “extremo” continuado durante muchos años puede provocar alteraciones en la estructura y función cardíaca y crear un sustrato para padecer arritmias. Por este motivo, y especialmente en las personas que practican este tipo de deportes, es importante y necesaria la realización de valoraciones cardíacas periódicas.
- La incidencia de miocarditis por SARS Cov-2 es baja y en general leve. Esta incidencia tras la vacunación es todavía más baja, afectando en este caso a la franja de edad de 18-25 años. Se aconseja no practicar deporte durante la infección. Si bien la prescripción y práctica deportiva es de gran ayuda en el proceso de recuperación de pacientes post COVID.
- En relación con la infección por SARS Cov-2, no se ha observado un aumento de muerte súbita en el deporte.
- Se ha de normalizar la realización de pruebas de esfuerzo según el criterio del especialista en medicina del deporte si bien es importante mantener en todo caso la utilización de mascarilla por parte del personal sanitario, y realizarse en espacios con abundante ventilación y renovación del aire. En el caso de un deportista sintomático se debe realizar un test diagnóstico previo.
- Se recuerda la importancia de la prevención en el deporte en general y especialmente en el deporte de alto nivel. Es de destacar que no se llega al alto rendimiento si no hay salud.
- Hay que avanzar en la prescripción de ejercicio físico para la salud mental. La actividad física modula la neuroplasticidad y estimula la adherencia terapéutica por lo que es recomendable su uso para el tratamiento de las enfermedades en salud mental, con una prescripción individualizada para cada paciente.
- Es importante tener en cuenta los estudios y aportaciones que sobre la diversidad sexual y de género, el deporte y sus implicaciones se vienen realizando en nuestra sociedad.
- Las unidades de medicina deportiva deberían estar vinculadas a los departamentos hospitalarios junto al resto de especialidades médicas por el valor añadido que suponen para cuidar la salud de nuestros deportistas, sea cual sea su nivel, y practicantes de actividad física así como por su utilidad como herramienta preventiva y terapéutica para las distintas patologías.
- La actual falta de formación en España de médicos especialistas en medicina del deporte ha originado una grave carencia de estos y que continuará agravándose en los próximos años si no se aprueba próximamente el sistema de formación MIR en esta especialidad. Este déficit afecta de forma importante a todo el sistema deportivo, a la salud de los deportistas en general y especialmente en los de alto nivel. Un país con importantes resultados deportivos internacionales no puede desprenderse de unos profesionales que vienen contribuyendo sustancialmente al cuidado de la salud y mejora del rendimiento de nuestros deportistas. Del mismo modo la formación de Médicos del Deporte es la referencia especializada para una sociedad activa y saludable que practica deporte de forma segura.
- Una vez más este Grupo de trabajo “Avilés” insta al Ministerio de Sanidad a la aprobación prioritaria y urgente de la formación de Médicos Especialistas en Medicina del Deporte.

Autores:

Julián Álvarez García. CTD de Alicante.

Carmen Arnaudas Roy. Coordinadora Grupo Avilés. Departamento Deporte y Salud CELAD.

Montse Bellver Vives. CAR de Sant Cugat del Vallés (Barcelona).

Leonor Berlanga Navarro. Centro Regional de Medicina Deportiva de Cantabria.

Daniel Brotons Cuixart. Consell Català de l'Esport.

Pablo Gasque Celma. Ayuntamiento de Alcobendas (Madrid).

Fernando Gutierrez Ortega. Director Centro Medicina del Deporte. Departamento Deporte y Salud. CELAD.

Enrique Lizalde Gil. Jefe del Departamento de Deporte y Salud. CELAD.

Jesús López Peral. Centro de Medicina Deportiva de la Comunidad de Madrid.

Santiago Perote Suárez. Rivero Centro Galego de Tecnificación Deportiva (CGTD).

Fernando Salom Portella. Ayuntamiento de Mahón (Consell Insular de Menorca).

Juan Carlos Tébar Rodrigo. Ayuntamiento de Rivas (Madrid).

Nicolás Terrados Cepeda. Unidad Regional de Medicina Deportiva del Principado de Asturias.

Jose Luis Terreros Blanco. Director del CELAD.

Carmen Vaz Pardal. Centro Andaluz de Medicina del Deporte.