

Recomendaciones para la actividad deportiva en atletas con cardiopatías congénitas en el adulto

Aridane Cárdenes León¹, José Juan García Salvador¹, Clara A. Quintana Casanova^{1,2}, Alfonso Medina Fernández Aceytuno¹

¹Hospital Universitario Dr. Negrín de Gran Canaria. ²Hospital Perpetuo Socorro.

Recibido: 15.12.2015
Aceptado: 09.03.2016

Resumen

La seguridad de la actividad física y deportiva en pacientes adultos con cardiopatías congénitas aún no está bien establecida. Las recomendaciones sobre el ejercicio físico en estos pacientes suele ser bastante restrictiva sin que haya clara evidencia para ello, a pesar de que el deporte haya demostrado importantes beneficios cardiovasculares tanto en la población general como en estos pacientes. La prevalencia y la supervivencia de esta población ha aumentado considerablemente en las últimas décadas debido a un diagnóstico precoz, una sustancial mejora de las medidas terapéuticas, tanto en técnicas quirúrgicas como percutáneas, así como en los cuidados posteriores y un seguimiento clínico estricto a largo plazo. Es por ello que cada vez es más frecuente encontrarnos con pacientes asintomáticos con buen grado funcional y con numerosas dudas sobre sus posibilidades en la práctica deportiva. Así mismo, surgen dudas entre los profesionales a la hora de establecer las mejores recomendaciones en relación a la actividad deportiva. En los últimos años ha cobrado especial relevancia el estudio de los beneficios y la seguridad de este tipo de actividades en este subgrupo de pacientes. Las investigaciones se centran fundamentalmente en la seguridad de la actividad física en pacientes con cardiopatías congénitas, y el temor a que la práctica de actividad física a nivel competitivo pueda aumentar significativamente el riesgo de eventos adversos, especialmente de eventos arrítmicos y muerte súbita. En esta revisión, analizamos numerosos estudios y las guías de práctica clínica actuales, con el fin de establecer las recomendaciones de actividad física, así como sus restricciones en función de los diferentes tipos de cardiopatías congénitas.

Palabras clave:

Ejercicio físico.
Cardiopatías congénitas.
Actividad deportiva.
Competición.

Recommendations for adult sport athletes with congenital heart diseases

Summary

Safety of sport and physical activity in adult patients with congenital heart disease is still not well established. Recommendations on exercise in this subgroup of patients are usually pretty restrictive without having clear evidence for this, even though sport has shown significant cardiovascular benefits in both the general population and in patients with cardiovascular problems. Prevalence and survival of this population has increased considerably in recent decades due to early diagnosis, a substantial improvement in therapeutic measures, both surgical techniques and percutaneous, as well as aftercare and strict long term clinical monitoring. This is why it is increasingly common to find asymptomatic patients with good performance status and many doubts about their chances in sports. Doubts among professionals in establishing the best recommendations in relation to sport also arise. In the last years, it has become particularly relevant the study of the benefits and safety of these types of activities in this subgroup of patients. Researches focuses mainly on the safety of physical activity in patients with congenital heart disease, and fear that the practice of physical activity on a competitive level can significantly increase the risk of adverse events, especially arrhythmic events and sudden death. In this review, we analyzed numerous studies and current clinical practice guidelines, in order to establish recommendations for physical activity and its restrictions in terms of the different types of congenital heart disease.

Key words:

Exercise.
Congenital heart disease.
Sporting activity.
Competition.

Correspondencia: Aridane Cárdenes León
E-mail: aricardenes@gmail.com