



MEDICINA CLINICA

www.elsevier.es/medicinaclinica



Revisión

## Revisiones del deportista

Ricard Pruna\*, Antonia Lizarraga y David Domínguez

Servicio Médico, Fútbol Club Barcelona, Barcelona, España

### INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

*Historia del artículo:*

Recibido el 21 de agosto de 2017  
Aceptado el 4 de septiembre de 2017  
On-line el xxx

*Palabras clave:*

Revisión  
Deporte  
Prevención  
Adaptación

*Keywords:*

Assessment  
Sport  
Prevention  
Adaptation

### R E S U M E N

La práctica del deporte a nivel profesional exige al organismo un buen estado de salud. El hecho de realizar una actividad física de alta intensidad de forma continuada con la presencia de situaciones patológicas y/o una mala adaptación del organismo puede ser perjudicial para la salud del deportista y, por consiguiente, para el rendimiento. Muchos de los problemas que aparecen en el terreno deportivo se podrían prevenir con una evaluación médica periódica y bien estructurada. En esta revisión presentamos el protocolo del servicio médico de un club deportivo de alto nivel para la evaluación de sus deportistas profesionales.

© 2017 Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

### Medical assessment in athletes

#### A B S T R A C T

Practicing sports at a professional level requires the body to be in good health. The fact of carrying out a continuous and high intensity physical activity in the presence of pathological conditions and/or a maladaptation of the body can be detrimental to the athletes' health and, therefore, to their performance. Many of the problems that arise in the sports field could be prevented with a periodic and well-structured medical assessment. In this review, we describe the protocol of the medical service of a high-level sports club for the assessment of its professional athletes.

© 2017 Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

### Introducción

No existe duda de que la evidencia científica recomienda ampliamente la práctica de ejercicio físico para la reducción de la mortalidad general, en especial la cardiovascular<sup>1</sup>. También es conocido que el ejercicio físico, especialmente el de alta intensidad y en individuos susceptibles, puede estar relacionado con un aumento del riesgo de trastornos cardiovasculares, principalmente la muerte súbita (MS)<sup>2</sup>.

Aunque la incidencia de MS es baja, tiene una gran repercusión social y mediática, especialmente cuando se trata de deportistas de élite.

Diferentes organizaciones y sociedades médicas internacionales han propuesto la realización de una evaluación médica previa a la práctica de ejercicio físico para no solo evaluar a los deportistas en riesgo de padecer una MS, sino también para realizar un cribado y control de salud relacionado con la práctica deportiva<sup>3-6</sup>. Pese a que está ampliamente reconocida la necesidad de realizar esta evaluación, actualmente no existe un consenso universalmente aceptado, principalmente entre organizaciones europeas y americanas, de cómo se tiene que realizar y cuál debe ser el contenido de esta evaluación, existiendo diferentes tipos de protocolos<sup>4,6,7</sup>.

Presentamos en esta revisión el protocolo del servicio médico de un club deportivo de alto nivel para la evaluación médica de deportistas, principalmente de futbolistas profesionales<sup>8</sup>.

La evaluación de salud es un acto médico necesario para toda persona que pretenda realizar una actividad física programada o algún deporte, sea a nivel recreativo o competitivo<sup>8,9</sup>.

Cuando hablamos de deportistas de alto rendimiento es necesario realizar esta evaluación de salud. Se trata de un acto más

\* Autor para correspondencia.  
Correo electrónico: [ricard.pruna@fcbarcelona.cat](mailto:ricard.pruna@fcbarcelona.cat) (R. Pruna).

complejo y de mayor coste respecto al ámbito aficionado, puesto que esta población está sometida a un trabajo físico intenso y demandante, y a una gran exposición pública y mediática, por lo que su realización está más que justificada<sup>10</sup>.

### Objetivos de la revisión de salud del deportista

Los deportistas pueden verse afectados por situaciones patológicas que no tienen síntomas evidentes y que solo pueden ser detectadas por las evaluaciones periódicas de salud. Uno de los principales objetivos es identificarlas de forma precoz, para realizar una intervención y un tratamiento tempranos<sup>4</sup>.

En esta revisión nos proponemos<sup>4,8</sup>:

- Detectar las situaciones de riesgo vital o que incapaciten al deportista a participar en la práctica deportiva de máxima exigencia.
- Detectar las condiciones médicas y/o musculoesqueléticas que pueden predisponer al deportista a una lesión o enfermedad derivada del entrenamiento o competición.
- Realizar una evaluación completa para determinar el estado de salud general.
- Proteger la salud del deportista de forma integral.
- Orientar al deportista sobre las actividades y acciones que puede o debe realizar, con el objeto de preservar su salud y permitir el máximo rendimiento deportivo.
- Evaluar los medicamentos o productos nutricionales de que el deportista hace uso. En casos específicos se valorará la necesidad de realizar una solicitud de *therapeutic use exemption* (TUE, «exención de uso terapéutico») a la *World Anti-Doping Association* (WADA).
- Satisfacer los requerimientos legales, contractuales y del seguro médico.

### Requisitos generales de la revisión del deportista

En el diseño e implementación de esta revisión de salud existen una serie de consideraciones a tener en cuenta<sup>4</sup>:

- Debe basarse en criterios científicos y médicos sólidos.
- Debe realizarse bajo la responsabilidad de un médico experimentado en medicina del deporte, preferiblemente el médico de equipo que será el responsable de proporcionar la atención médica continua.
- Debe tener en cuenta factores individuales, como la región geográfica, la disciplina deportiva, el nivel de competencia, la edad y el sexo.
- Debe respetar la privacidad del deportista, tener acceso a registros médicos previos y una relación apropiada médico-paciente.
- Solo es posible realizar la revisión con el consentimiento libre e informado del deportista o de su tutor legal.

### Estructura de la revisión del deportista

Habitualmente estas evaluaciones se denominan examen o evaluación médica precompetición y se realizan durante el período de la pretemporada<sup>11,12</sup>. Estos términos hacen referencia a que esta evaluación se realiza únicamente en un momento concreto y es útil para identificar a un deportista de riesgo, además de permitir el tratamiento y la resolución de cualquier problema médico o lesión antes de competiciones importantes. Sin embargo, hay muchos factores externos que pueden desarrollarse durante la temporada y que pueden afectar el rendimiento, y predisponer al deportista a presentar una lesión o una enfermedad derivada de la práctica deportiva. Por este motivo este examen de salud precompetición tiene que combinarse con evaluaciones periódicas y

continuas durante todo el período competitivo (examen de salud periódico).

Las variables que deben incluirse en estos exámenes dependen del tipo de deporte, el tiempo y los recursos disponibles, así como la población que se examina. Los recursos materiales y humanos, así como la experiencia, serán diferentes para un equipo profesional de élite respecto a uno *amateur*. Además, el grupo de edad, el sexo o el grupo étnico también pueden afectar las variables que se evalúan<sup>4</sup>.

Algunas de las condiciones evaluadas no son graves desde una perspectiva de salud, pero pueden influir en el rendimiento deportivo, por lo que también es importante su evaluación.

Aunque la revisión sea llevada a cabo por el médico de equipo responsable, también se requiere de un equipo multidisciplinar conformado por profesionales de las Ciencias de la Salud, como nutricionistas, fisioterapeutas, preparadores físicos, psicólogos deportivos, podólogos, enfermeros u otros médicos especialistas (traumatólogos, ginecólogos, médicos internistas, etc.).

Todo deportista que pertenece a la estructura del club se somete a la revisión médico-deportiva al inicio de la temporada, además de hacer el seguimiento periódico de salud y siempre que los acontecimientos lo requieran.

A continuación detallamos cada una de las partes integrantes de la revisión médico-deportiva<sup>8</sup>.

#### Historia clínica

Esta historia clínica tiene unas características añadidas respecto a la historia clínica convencional. Además de realizar la anamnesis respecto a los antecedentes personales, patológicos, alérgicos, de enfermedades crónicas y de tratamientos realizados, es de especial interés tener en cuenta los antecedentes relacionados con la actividad deportiva: años de práctica, nivel deportivo, posición, lesiones deportivas y tipos de tratamiento (conservador o quirúrgico), apoyo de suplementación nutricional, controles de dopaje y clubes en los que ha jugado.

#### Valoración nutricional

Se realiza una valoración del hábito nutricional del deportista mediante una entrevista y un registro. Esta información nos proporciona los hábitos generales, el análisis cualitativo y cuantitativo de la dieta, así como un posible déficit de energía respecto a las demandas que las actividades deportivas exigen. Las pautas se adecuarán en función de los objetivos del entrenamiento, del calendario competitivo y de los viajes. Esta valoración es llevada a cabo por un nutricionista con formación en nutrición deportiva.

#### Exploración física

Se debe realizar una correcta y completa exploración física por aparatos y sistemas con el objetivo de detectar posibles alteraciones que impidan de forma temporal o permanente la práctica del deporte, y hallazgos que apunten a una enfermedad activa. Esta exploración servirá de base para los controles posteriores y valorar la evolución del deportista.

#### Valoración cardiovascular

Es de vital importancia el correcto funcionamiento de este sistema para la práctica deportiva. La incidencia de MS en deportistas jóvenes se estima en 2 casos por 100.000 deportistas por año<sup>13</sup>.

Aunque esta incidencia es baja, el impacto tiene consecuencias devastadoras en la sociedad y en la familia del deportista.

Actualmente no existe consenso entre las diferentes organizaciones deportivas en cuanto a los componentes/estructura que debe

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/8762474>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/8762474>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)