

RECONOCIMIENTO MEDICO DEL DEPORTISTA

Tanto los profesionales médicos como los propios estamentos deportivos reconocemos la necesidad de que, aquellas personas que vayan a participar en actividades deportivas de competición o lúdicas, se sometan a un reconocimiento médico antes de hacerlo. El Reconocimiento Médico para la aptitud Deportiva se considera una herramienta básica en el cuidado de la salud del deportista, tanto para la prevención de la muerte súbita, como en el control de otros riesgos derivados de la práctica deportiva y de las condiciones individuales.*

En Euskadi, se alcanzó un consenso sobre el Reconocimiento Médico del Deportista (RMD), tanto en su metodología como en las necesidades de medios humanos y físicos para su realización, con la transferencia en materia de deporte a nuestra comunidad autónoma en 1998. Para ello, se contó con la colaboración de las correspondientes Sociedades de Medicina del Deporte.

En la actualidad, y en la misma línea, el Consejo Superior de Deportes ha editado el documento, "Sistema de reconocimientos médicos para la práctica del deporte", elaborado por el Grupo de Trabajo de la Comisión y Seguimiento de la Salud y el Dopaje.

Entre los objetivos del Reconocimiento Médico del Deportista están:

La valoración del estado de salud general del deportista.

La identificación de patologías que puedan contraindicar la actividad de manera absoluta, relativa o temporal.

El ofrecer la oportunidad de participación con procesos patológicos (posibilidades, riesgos y limitaciones).

El control de las repercusiones que la actividad deportiva pueda acarrear sobre el estado de salud, sobre todo a nivel de crecimiento, desarrollo y maduración del deportista joven.

La detección del nivel de adaptación al esfuerzo físico.

Aconsejar y prescribir la práctica más adecuada a las posibilidades de cada organismo.

Cuando un deportista se somete a un RMD debe tener garantizado su derecho a la privacidad de datos. Esto se consigue facilitándole, cuando recibe el resultado del reconocimiento, dos informes: uno federativo o público en el que se informa de su aptitud, y otro privado, donde se le ofrecen consejos sobre salud, higiene, prescripción de la práctica deportiva y su seguimiento, así como la orientación sobre exploraciones complementarias.

Por regla general, se recomienda someterse a un RMD cada 2 años, aunque los mayores de 35 años y aquellos deportistas que hayan sufrido algún cambio en su estado de salud o los que practican deportes con mayor exigencia de adaptación (condiciones extremas, esfuerzo físico elevado) deberían hacérselo anualmente.

Para la realización de los Reconocimientos Médicos de los Deportistas se necesitan medios humanos y físicos específicos. **El RMD es un acto médico del que es único responsable el médico que lo realiza,** que debe garantizar tener la suficiente cualificación, experiencia y responsabilidad para llevar a cabo la tarea.

Asimismo, **los centros donde se llevan a cabo los RMD deben estar** dotados del material adecuado, entre el que se encuentran los denominados productos sanitarios (utilizados por personal cualificado) y aquellos que sean necesarios para afrontar complicaciones con compromiso vital (monitorización cardíaca, desfibrilador, etc.).

El tipo de protocolo del RMD debe establecerse en función de la edad, el tipo de deporte, la carga de trabajo y el tiempo que se vaya a destinar a la práctica deportiva (entrenamiento y competición).

Debe incluir una historia clínica con especial incidencia en:

La recogida de antecedentes familiares y personales orientada a detectar patologías que pudiesen limitar o contraindicar la práctica deportiva sobre todo para descartar enfermedades cardiológicas y valorar el riesgo cardiovascular.

La exploración sistemática por aparatos, que debe incluir el aparato locomotor con el correspondiente balance morfoestático y la exploración del aparato cardiovascular y respiratorio.

El sistema nervioso prestando especial atención a los reflejos y la coordinación de movimientos.

Antropometría básica.

Valoración funcional, que debe incluir **ECG Basal** para despistaje de patología cardíaca, **prueba de esfuerzo** con el fin de estratificar riesgo cardiovascular. Estas pruebas deben realizarse a **mayores de 14 o 16 años** aplicando diferentes intensidades y duraciones.

Pruebas diagnósticas complementarias en su caso.

Mediante el RMD podemos detectar la mayoría de las enfermedades cardiológicas implicadas en la muerte súbita.

Si se diagnostica alguna patología o situación que pueda afectar a la salud del deportista, esta se podrá clasificar como contraindicación absoluta, relativa o temporal, o específica para ciertos deportes.

Actualmente, la obligatoriedad del RMD está supeditada al desarrollo por decreto de los artículos de las leyes del deporte autonómicas, siendo el principal escollo la financiación. Por esa razón, creemos que se hace necesario un esfuerzo compartido por las administraciones competentes para salir del bloqueo actual mediante fórmulas basadas en la imaginación y prioridad de la salud en el deportista ante el costo/efectividad del RMD.

En cualquier caso, el RMD es una ayuda al deportista para conocerse, adaptarse al esfuerzo físico, establecer sus límites y disfrutar del deporte con una práctica saludable.

*(American Medical Association, American College of Sports Medicine, American Heart Association, Federación Española de Medicina del Deporte, Consejo Superior de Deportes, Documento Bilbao Muerte Súbita del Deportista 2013, Colegio de Médicos de Bizkaia).