

Medicina del Deporte y salud



Walter R. Frontera, MD, PhD

Decano, Escuela de Medicina,
Universidad de Puerto Rico

Presidente, Federación Internacional
de Medicina del Deporte

El aspecto más importante de la Medicina del Deporte es la contribución que hace en la salud pública de un país y el impacto que tiene en ella. Por definición y por objetivo, la Medicina del Deporte se dedica a promover y mantener un estado de salud óptimo en la población por medio de la práctica de la actividad física, el ejercicio o el deporte. La evidencia científica que apoya el uso del ejercicio en la promoción de la salud y la prevención de las enfermedades crónicas es abundante y de excelente calidad.

Por otro lado, la falta de actividad física y la vida sedentaria han sido identificadas como factores de riesgo importantes y están asociadas con una incidencia alta de enfermedades crónicas tales como la diabetes, la enfermedad coronaria, la obesidad, la depresión, la hipertensión arterial y otras. Esto es así en muchos países del mundo, incluyendo a Puerto Rico.

Finalmente, el ejercicio físico es una intervención terapéutica muy efectiva en el tratamiento y la rehabilitación de muchas de estas mismas condiciones una vez que se manifiestan clínicamente. Dada la evidencia científica que apoya estas aseveraciones, es importante que tanto los sistemas de salud como sus profesionales, incorporen el uso del ejercicio en sus programas y prácticas clínicas para la población general. No hacerlo es inconsistente con la mejor evidencia publicada en revistas revisadas por pares y contribuye al deterioro de la salud de la población.

Otro aspecto interesante e importante de la Medicina del Deporte es la atención médica dirigida a los problemas de salud del atleta competitivo. Son muchos los retos físicos y psicológicos que enfrenta un deportista de alto nivel. Las lesiones del sistema músculo-esquelético prevalentes en el deporte, el estrés de la competencia deportiva, los requisitos nutricionales especiales y las demandas fisiológicas del entrenamiento son muy particulares y especiales. Por ello, es necesario que dichos atletas reciban servicios de salud de un equipo interdisciplinario con experiencia en el campo de la Medicina del Deporte.

El organismo mundial que representa este campo es la Federación Internacional de Medicina del Deporte (FIMS), fundada en 1928 y que agrupa 120 países del mundo en los cinco continentes. Motivados por este desarrollo médico-deportivo, se ha de celebrar en Puerto Rico, en el mes de mayo de 2010, el Congreso Mundial de la FIMS. Este evento, que también será el Congreso Médico oficial de los Juegos Centroamericanos y del Caribe (Mayagüez 2010), contará con la participación de delegados de más de 70 países y expositores médicos y científicos que son líderes en la investigación científica y en la práctica clínica en este campo.

Será una oportunidad extraordinaria para todos los profesionales de la salud en Puerto Rico, que están invitados a este importante evento.

Los esperamos. 