

La Medicina Deportiva en la historia

La Medicina Deportiva tiene raíces muy antiguas que se pueden identificar en la medicina China y de la India. Se difunde mayormente desde la época de los griegos, sobre todo con los trabajos de Galeno, y luego cuenta con contribuciones importantes de Avicena y Paré. En tiempos más modernos, el carácter científico y la investigación le dan mayor peso y categoría. Es una especialidad importante para la seguridad y bienestar de quienes participan en deporte, y cada vez, tendrá mayor trascendencia por su rol preventivo y terapéutico en la sociedad en general.

Orígenes en Asia

Hace unos cinco mil años, los monjes taoistas de la China realizaban ejercicios para lograr purificar el alma y el cuerpo. Combinaban los movimientos físicos especialmente con ejercicios respiratorios. Lo que se llamó en el siglo pasado “gimnasia sueca” ya era conocido por la dinastía Huang Ti por el año 2 500 a.C.



También en Asia, alrededor del 800 a.C. se mencionan ejercicios terapéuticos en el *Arthava-Veda*, una guía médica de la India.

En Grecia

Heródicos, en el siglo V a.C., es la primera persona que realmente combinó el deporte con la medicina. Fue primero un profesor de deporte que luego estudió Medicina. Consideró a la mala salud como un desbalance entre la mala alimentación y la falta de actividad física, por lo que recomendaba dieta estricta y actividad física continua. Él creía en esta combinación, la aplicaba a sus pacientes y la enseñaba en la Escuela de Medicina de Knidos, cercana a la Escuela de Medicina de Cos donde se formó Hipócrates. Más tarde, puso énfasis en la relación que existe entre la alimentación y la resistencia física. Se cree que fue uno de los tutores de Hipócrates. Además de una buena alimentación recomendaba masajes usando aceites y hierbas. Sugirió inclusive curar enfermedades

a través del ejercicio intenso, lo que fue criticado por Hipócrates. Recomendaba a sus pacientes también una caminata de 20 millas, de Atenas a Megara. Gran parte de su obra se perdió pero, en base a lo rescatado, se puede considerar uno de los iniciadores de la medicina deportiva.

Galeno y su influencia hasta el Renacimiento

Los puntos de vista de Claudius Galenus (131-201 a.C.) son de avanzada. Él ya resaltaba la importancia de la opinión del médico en las actividades físicas, independientemente de la del profesor de educación física. Dedicó una buena parte de su tiempo a estudiar la importancia de la Medicina en el deporte. Recomendaba juegos con pelotas por ser menos peligrosos y también creía en el masaje deportivo. Sus observaciones sistemáticas y profundas permitieron desarrollar alternativas de tratamiento. Por eso, muchos lo denominan el padre de la Medicina Deportiva.

Avicena (980-1037 d.C.) recomendaba ejercicios terapéuticos, inclusive para convalecientes de varias enfermedades febriles.



En el Renacimiento, Hieronymus Mercurialis (1530-1616) trató en su obra *Libri de arte gymnastica* sobre aspectos médicos del deporte y se opuso a la idea, común en esa época, de que una persona sana no necesita ejercicio.



Medicina Deportiva en el siglo XX

En tiempos modernos, no fue hasta los Juegos Olímpicos de invierno de 1928, en St. Moritz, que un comité especial decidió realizar el primer congreso internacional de Medicina del Deporte.

Desde sus inicios, ha sido una rama multidisciplinaria, no solo para tratar lesiones, sino para prevenirlas y para instruir a atletas en la competencia. En los Juegos Olímpicos de Amsterdam, en 1928, ya se habían realizado trabajos científicos pioneros por los profesores Buytendijk y Kohlrausch.




El médico alemán Ernst Jokl (1907-1997) se dedicó a la investigación y desarrollo de esta especialidad con un criterio visionario especial, primero en Berlín y

después como expatriado en Sudáfrica y, luego, en los Estados Unidos. Fue fundador del *American College of Sports Medicine*, la organización de medicina deportiva más prominente de los Estados Unidos.

El Dr. Augustus Thorndike (1896-1986), profesor de la Universidad de Harvard escribió obras pioneras en Medicina del Deporte. Él inició políticas para la práctica del deporte competitivo que exigían la presencia de un médico en deportes de contacto y que un médico debía decidir si un deportista lesionado podía continuar compitiendo. Contribuyó en el diseño de la protección especial para jugadores de fútbol y abogó por el uso de cascos en jugadores de *hockey*.

Presente y futuro

En los Estados Unidos, la Medicina del Deporte es una subespecialidad reconocida desde 1989, con más de 70 plazas para especializarse y unos mil especialistas certificados. Está claro que la Medicina del Deporte no solo abarca lesiones músculo-esqueléticas, sino problemas que requieren el trabajo en equipo con múltiples especialidades: Cardiología, Neumología, Ortopedia, Fisiología del Ejercicio, Traumatología, entre otras. Además, tiene que contemplar problemas relacionados con las competencias internacionales como son el efecto del viaje y la aclimatación.

Una de las próximas metas de la Medicina del Deporte es apoyar en la prevención de lesiones, tanto en los deportistas de alta competencia como en aquellos que lo hacen únicamente por placer. 

Referencias

1. Buytendijk, F.J.J., *Ergebnisse der sportärztlichen Untersuchungen bei den V. Olympischen Spielen in Amsterdam*. Berlin: Springer. 1928.
2. Hebbelinck, M. International organisations for sport sciences: developments and perspectives. *Sport. Science Review*, 1983,13-18. Also in: Ilmarinen M. (ed), *Sport and International Understanding*. Berlin: Springer. 1984, 167-173.
3. Jokl, E.; Jokl, P.(eds), *Exercise and Altitude*. *Medicine and Sport*, Vol.1. Basel: Karger. 1968.
4. Jokl, E.; Simon, E.; *International Research in Sport and Physical Education*. Springfield (Ill): Thomas. 1964.
5. Kohlrausch, W., *Zusammenhänge von Körperform und Leistung*. *Ergebnisse der anthropometrischen Messungen an den Athleten der Amsterdamer Olympiade*. *Arbeitsphysiologie*, 1930, 2: 187-240.