

Los tiempos heroicos de la Medicina Deportiva

Dr. Felix J. Fojo

Ex Profesor de la
Cátedra de Cirugía
de la Universidad
de La Habana

fjojo@homeorthopedicspr.com



Se dice que los chinos hace más de 4 mil años recomendaban la actividad física como una forma de mantenerse sano, pero no hay constancia alguna de una forma de tratamiento para las lesiones de los practicantes de estas actividades. Los griegos, que inventaron las Olimpiadas, tuvieron un médico -un poco histórico y un poco legendario- dedicado a tratar a los atletas: Heródicus fue su nombre y poco más sabemos de él. Los romanos sí que tuvieron especialistas en cirugía deportiva, si es que consideramos a los gladiadores como atletas, pero su arte no se hacía extensivo al resto de la población, que acudía en masa al circo a ver destrozarse entre sí a aquellos infelices esclavos.

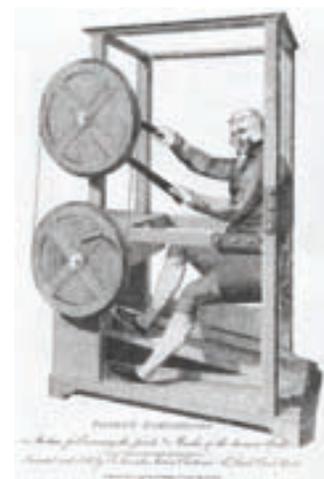
Los médicos de Bizancio, el mundo islámico y, en general, los que practicaron su ciencia durante toda la Edad Media no tuvieron en cuenta al deporte. Las heridas que se infligían los caballeros en los torneos curaban dejando feas cicatrices y espantosas deformaciones, con tratamientos bastante brutales o terminaban, casi siempre, en la muerte. El Renacimiento, con su explosión de luz, arte y anatomía, preparó el camino, pero tuvo muy poco que ofrecer a una rama de la medicina que estaba aún por inventarse.

Para 1800, los escandinavos comienzan a despreciar sus músculos y a comprender y difundir la importancia del ejercicio físico para la salud. Per Henrik Ling inventa la gimnasia sueca en las primeras décadas del siglo, y lo hace como un medio "higiénico" de conservar la salud. Pero lo que es más importante es que, establece la necesidad de ejecutar movimientos bien articulados con el fin de evitar lesiones. Así, nace la "cultura física" o fisiculturismo, movimiento que tendría como meta mejorar el estado músculo-esquelético del cuerpo y prepararlo para otros deportes o simplemente para una vida más plena. En esta línea, el fotógrafo y culturista francés Edmond Desbonnet (1867-1953) crea toda una escuela (*La force physique: traité d'athlétisme*,

París, 1901) que todo el que ha entrado alguna vez a un gimnasio ha seguido, aunque no conozca su fuente: entrenar frente a un espejo para que el ejercicio sea correcto, calentar previamente la musculatura antes de entrenar, hacer estiramientos, establecer rutinas y repeticiones, seguir escalas de peso y muchas cosas más que hoy nos parecen que han estado ahí toda la vida.

Pero también el fisiculturismo tiene una vertiente colorida, circense, exhibicionista, llena de personajes a veces dignos de una corte de los milagros: entre muchos otros, Apollon, especialista en arrastrar cosas pesadas; el cervecero Karl Swoboda, quizás el hombre más fuerte que haya existido; John Grun Marx, un experto en doblar barras; Eugene Sandow, creador de las poses y figuras que harían famoso a Schwarzenegger, muchos años más tarde, en los concursos de Mister Olimpia y Mister Universo; los tres hermanos Saxon, que recorrieron el mundo con el circo Ringling; y así hasta nuestros días, en que la fuerza bruta ha sido desplazada por la apariencia de la fuerza, tan bien caracterizada en la lucha libre.

Pero ya en el siglo XX la medicina científica, alzándose sobre estas raíces tan estafalarias, definitivamente se impuso; se desarrollaron la Fisiología, la Cardiología, la investigación básica, la Ortopedia, la Imagenología Diagnóstica; y un pionero, aunando las energías de innumerables colegas, el doctor Augustus Thorndike, desde la cátedra que ocupó en la Universidad de Harvard, de 1931 a 1962, llevó la Medicina Deportiva a una especialidad médica de pleno derecho. Habían terminado los buenos viejos tiempos heroicos. La ciencia y la técnica se imponían una vez más. **G**



Gymnasticon, máquina de ejercicio inventada por Francis Lowndes en 1797-1798.