

Evaluación médica para la competencia deportiva:

Evaluación Preparticipación o Precompetencia

José J. Correa Carro, MD

Director, Unidad de Servicios Primarios de Salud del Centro de Salud Deportiva y Ciencias del Ejercicio en el Albergue Olímpico



Antes de realizar actividades deportivas, recreacionales o competitivas, es importante verificar que el organismo se encuentre en las condiciones físicas adecuadas para la práctica del deporte. Una evaluación física previa, minuciosa y cuidadosa puede confirmar que no hay problemas que impidan la actividad física. A continuación, se plantean sugerencias y consejos para que esta evaluación sea exitosa y de beneficio para el deportista. Hacer la evaluación con orden y rigurosidad evitará problemas al paciente y salvaguardará la responsabilidad profesional del médico a cargo de la evaluación física.

Introducción

La meta general de la Evaluación Preparticipación (EP) es ayudar a mantener la salud y la seguridad del atleta o del participante en un evento deportivo, tanto para el entrenamiento como para la competencia.

Por lo general, los médicos evaluamos niños y adultos que van a participar en eventos deportivos o antes de una temporada de deporte. Se suele utilizar un documento que envía una junta organizadora, el cual por lo general no es muy elaborado ni incluye mayores detalles y solo menciona que se certifica que la persona no padece condiciones que contraindiquen la participación deportiva. Esto puede ser comprometedor para nosotros los médicos ya que al no conocer el historial médico y familiar de enfermedades, podemos caer en la falta de firmar un certificado sin tener evidencia de que hemos abordado al individuo o al familiar en la forma óptima y sin contar con información valiosa, exponiéndonos inclusive a un riesgo legal.



Por esta razón, debemos conocer la información más importante para recopilarla en una EP o tener un formato preparado para poner en nuestro expediente. Este formato debe de ser fácil de llenar para que no afecte en forma significativa nuestra rutina de trabajo.

Estadísticamente, la posibilidad de que se niegue la aprobación de realizar deporte por medio de una EP es bastante baja: entre 0,8% y 1,3%.

Tengamos presente también que la EP no debe sustituir el examen de mantenimiento de salud, aunque en niños de más de 5 años y en adolescentes -que luego de las vacunas no vuelven a ser evaluados por los médicos y son la población menos evaluada por los médicos- puede ser útil para revisar el mantenimiento de salud.

Objetivos de la Evaluación Precompetencia

Los objetivos primarios de la EP son el detectar condiciones que puedan predisponer a lesiones músculo-esqueléticas y a condiciones que puedan amenazar la vida o incapacitar, además de cumplir con requisitos legales o de los seguros.

Los objetivos secundarios son determinar la salud general (especialmente en niños y adolescentes), aconsejar en asuntos relacionados a la salud y evaluar el nivel de aptitud física para deportes específicos (médicos involucrados con el deporte competitivo federativo).

Objetivos de la Evaluación Precompetencia:

Detectar condiciones que puedan:

- Predisponer a lesiones músculo-esqueléticas.
- Amenazar la vida o incapacitar.
- Cumplir con requisitos legales y de seguros.

Determinar el estado general de la salud.

Aconsejar en asuntos de la salud.

Evaluar nivel de aptitud física.

Estructura

La EP debe ser realizada por el médico primary o médico especialista que tenga conocimientos de los componentes de este tipo de evaluación.

El momento adecuado para su realización suele ser unas 6 semanas o más antes de la temporada deportiva o del evento deportivo. La frecuencia con que se debe hacer la evaluación médica debe ser antes y luego de cada temporada o, en el caso de jóvenes, al entrar a cada nivel escolar, o cuando sea necesario después de una evaluación inicial.

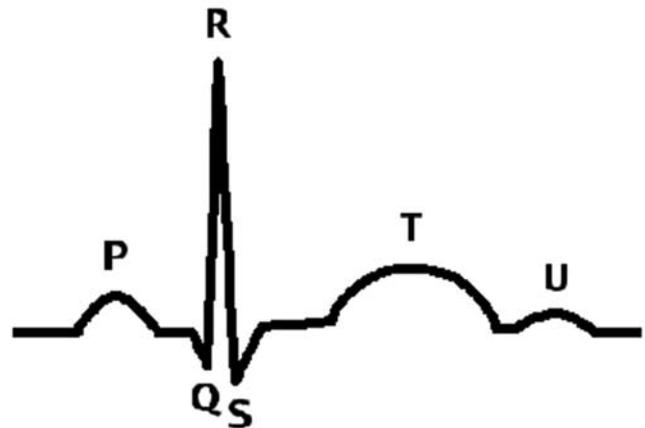
Componentes

El historial médico es el componente más importante en la EP, ya que al adquirir e incluir esta información el expediente provee la documentación legal que se requiere y que inclusive puede ser importante en el improbable caso de un litigio.

- Historial cardiovascular

Se debe poner énfasis en los antecedentes de problemas cardiovasculares, incluyendo síntomas y signos, así como en el historial familiar de muerte súbita cardíaca. Esta tiene como causa más común, en menores de 30 años, a la cardiomiopatía congénita hipertrófica y, en personas mayores de 30 años, a la enfermedad coronaria temprana.

Se debe preguntar por síntomas y signos como dolor de pecho al realizar ejercicio, dificultad respiratoria, fatiga, desmayo, palpitaciones o latidos irregulares. Hay que indagar historial familiar de muerte súbita o infarto cardíaco antes de los 50 años y condiciones en la familia como el Síndrome de Marfán, cardiomiopatía congénita y síndrome de QT prolongado, entre otros. Es importante recalcar la importancia de incluir en una EP el historial cardiovascular, ya que así se



puede prevenir mortalidad, y el no tomarlo en cuenta puede tener consecuencias en nuestra responsabilidad profesional como médicos.

- Historial pulmonar

Algunas condiciones importantes que hay que buscar e identificar son condiciones pulmonares como asma, para así considerar la posibilidad de asma inducida por el ejercicio. Entre los síntomas a detectar están la sibilancia, la tos, la respiración acortada y el pecho apretado.

- Historial neurológico

Se requiere indagar e investigar sobre lesiones de cuello y cabeza, desorientación post concusiones, convulsiones u otros síntomas neurológicos.

- Historial músculo-esquelético

Hay que preguntar por esguinces, distensiones musculares o hinchazón de articulaciones y también averiguar sobre fracturas de huesos.

- Historial de enfermedades previas

Entre enfermedades importantes, se debe preguntar por: diabetes mellitus, hipertensión, hepatitis, mononucleosis, anemia drepanocítica (*sickle cell anemia*), reacciones alérgicas, problemas menstruales y pérdida de peso, entre otras.

- Historial especial o quirúrgico, órganos críticos

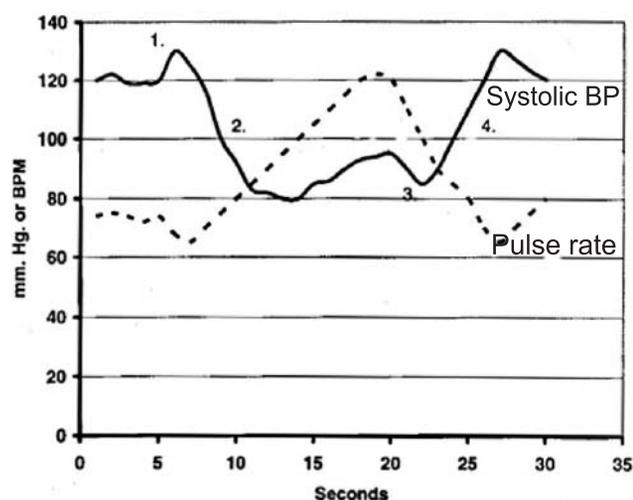
En historial se requiere indagar sobre cualquier tipo de ausencia de algún órgano, en especial de los órganos pares, como es el caso de los ojos, testículos y riñones. Es importante estar informado sobre cualquier pérdida o ausencia de la función de uno de estos órganos. Pocas veces se suele indagar sobre ellos, pero es algo valioso y meritorio, ya que puede ser de suma importancia, especialmente en deportes de contacto donde, en caso de haber solamente uno de estos órganos, la pérdida o deterioro del órgano restante puede tener consecuencias desastrosas para el paciente.

Examen físico

- Examen cardiovascular

Es muy importante examinar el sistema cardiovascular en búsqueda de soplos patológicos y, para ello, utilizar

siempre la maniobra de Valsalva. De esta manera, se puede identificar soplos asociados con cardiomiopatía hipertrófica congénita. Este tipo de soplo es mayor y más evidente al hacer la maniobra de Valsalva, a diferencia de los soplos fisiológicos o por problemas valvulares. Pero es cierto que no podemos confiarnos en que, en ausencia de soplos, no exista la condición porque solo un 30% de las personas con esta enfermedad presentan soplos. Por esta razón es sumamente importante el incluir un buen historial cardiovascular.



- Examen del sistema músculo-esquelético

Hay que enfatizar en el examen músculo-esquelético, ya que este sistema es el que suele estar más comprometido con la actividad física y el deporte en general.

- Hallazgos dermatológicos

Los hallazgos en la piel también son importantes, ya que la detección temprana de enfermedades dermatológicas es útil para evitar contagio, en especial por contacto entre atletas. En este grupo hay que considerar, por ejemplo, tinea, verrugas, herpes labial y zoster e impétigo.

- Examen físico general

Además de los tres aspectos específicos mencionados, el examen físico general sigue siendo lo más importante de la EP.

Conclusión

Al disponer del historial y del examen físico podemos tener un cuadro general de las condiciones y las precauciones que requerimos para poder aprobar la participación deportiva.

Así, cumpliremos con nuestros objetivos de prevenir y mantener la salud de los participantes en los deportes o en la actividad física rutinaria.

Complementariamente a las opiniones de aquellos que planifican los deportes, es nuestro compromiso y nuestra responsabilidad como médicos, definir cómo se debe evaluar la salud de un deportista. Tratemos nosotros de aportar información valiosa para el desarrollo del deporte saludable. 

Evaluación Precompetencia:

Historia clínica

- Cardiovascular
- Pulmonar
- Neurológica
- Músculo-esquelética
- Especial y quirúrgica

Examen físico

- Cardiovascular
- Músculo-esquelético
- Dermatológico
- Evaluación general

