

Problemas médicos del deporte juvenil y escolar

DR. J. ESTRUCH

IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA EN EL CENTRO ESCOLAR

Para los médicos la edad escolar y juvenil es siempre un período de tránsito en el desarrollo psico-biológico del hombre, durante el cual toda actividad, tanto intelectual como física, ha de ir dirigida para lograr un mejor desarrollo integral.

El Centro Educativo debe ser considerado como una unidad de convivencia, y muy importante por ser el lugar en el que el muchacho pasa más horas durante la semana, después del hogar. Ahí que toda actividad física y deportiva es más conveniente la realice el muchacho a través de su Centro Educativo. La existencia del Centro Deportivo extra escolar es necesaria sólo cuando el muchacho no puede hacer deportes en su vida escolar, como consecuencia de un mal planteamiento pedagógico y educativo de la actividad del joven.

Para que la educación física y los deportes tengan una buena acción formativa y beneficien el desarrollo somático y psíquico del escolar, conviene que lo reciba a través de Instituciones especializadas y con personal preparado. Como consecuencia, la Medicina Deportiva plantea la necesidad de una mayor atención en la Educación Física escolar por parte de toda la Administración.

Para que la actividad deportiva escolar sea más adecuada al momento actual y de acuerdo con el ambiente que rodea al joven, es conveniente, dentro de los Centros Escolares, la creación de Clubs Deportivos, que estarán regidos por los propios muchachos y tutelados por sus profesores.

12 HORAS SEMANALES PARA EDUCACION FISICA Y DEPORTE

Un problema importante es el tiempo libre semanal del escolar. Como médicos deportivos debemos sugerir y coaccionar a las autoridades académicas en la necesidad de disponer al menos de 12 horas semanales de tiempo libre, para que el escolar pueda dedicarlo preferentemente a la educación física y a los deportes. Debemos aprovechar la disposición natural que posee el muchacho para el juego y dirigirle convenientemente para que su desarrollo sea beneficioso a su organismo. Precisamente en estos momentos especiales de la psicología juvenil, creo debería promoverse una campaña de propaganda a nivel internacional, promovida por la Medicina Deportiva, con el fin de fomentar la ocupación del tiempo libre en actividades físico-educativas y deportivas. Seguramente contribuiríamos a frenar el incremento de las psicopatías juveniles, que desde hace algunos años se viene observando.

EL ESCOLAR DEBE SER FUNDAMENTALMENTE POLIDEPORTIVO

Para lograr una perfecta armonía en el desarrollo psico-somático del joven es conveniente fomentar toda actividad deportiva a través de una elemental generalización de ejercicios, realizados a escala gradual y progresiva, y cuya cumbre podrá ser la especialización. Somos contrarios a la especialización prematura del joven

en el deporte. Deseamos que el muchacho sea dirigido hacia una actividad polideportiva para que sean desarrolladas y contrastadas todas sus posibilidades de rendimiento. Es posible que para los dirigentes este camino sea más lento,



pero para los médicos es el camino más eficaz, más formativo y estamos convencidos que al final, después de varios años de trabajo en tal sentido, obtendremos mejores resultados; lo que quiere decir jóvenes más fuertes, más armónicamente desarrollados y habiendo alcanzado una especialidad deportiva, después de pasar por los diferentes escalones.

Existen muchachos en edad escolar que poseen un exuberante desarrollo físico, cuyas condiciones les permiten destacar deportivamente dentro de su grupo de edad cronológica. Estos muchachos plantean problemas médicos delicados, especialmente porque los dirigentes suelen confundir el rendimiento deportivo con la clase. En la mayoría de las circunstancias el éxito del superdotado físico es transitorio y fugaz y al llegar a los 17-18 años suele confundirse con los demás muchachos. Muchos de estos problemas han sido desencadenados desde que los dirigentes deportivos, para fomentar la práctica en los deportes, han exagerado la importancia de los campeones juveniles y escolares. El deporte juvenil y escolar tiene una tremenda importancia, y como médicos preconizamos su máxima difusión, pero somos opuestos a considerarlo como un fin y sobre todo, dirigido hacia los muchachos y hacia las sociedades deportivas, debe entenderse como el camino más correcto para que el joven se inicie, aprenda y se haga un auténtico atleta.

NECESIDAD DE UNA BUENA TUTELA SANITARIA

La colaboración del Médico con el Centro Escolar es fundamental, no sólo en atención a la labor de medicina preventiva, sino sobre todo por la gran ayuda que puede prestar el asesoramiento para que los jóvenes tengan una buena dirección deportiva. Conviene elevar a las autoridades académicas la necesidad de una mayor extensión en la misión del médico escolar, el cual debe comprender:

Examen médico preventivo, que debe analizar la situación morfológica y patológica actual del joven y sobre todo debe valorarse el informe del médico de familia sobre los antecedentes patológicos y demás circunstancias sanitarias del muchacho, cosa que generalmente se viene descuidando y que nosotros insistimos.

Valoración de la capacidad física en relación con las posibilidades del rendimiento deportivo, detalle que queremos resaltar y que generalmente no es aplicado en su justa medida, debido al poco interés que muchos planificadores de la educación depositan en las prácticas deportivas. Es conveniente que el médico escolar, para cumplir bien con su función, esté capacitado adecuadamente para catalogar y encauzar al joven hacia unas posibilidades deportivas, con lo cual se logrará una mejora en la formación del muchacho.



Orientación y vigilancia psico-pedagógica del joven tanto en el aspecto cultural como de desarrollo físico. A pesar de los intentos iniciados en esta materia, consideramos que no se ha logrado una auténtica labor práctica, ya que el problema no ha sido planteado dentro de la necesaria finalidad. Dejar al muchacho para que durante esta etapa escolar vaya improvisando la solución de sus problemas psíquicos,

constituye un gran inconveniente que debemos corregir con la coordinación de médicos y educadores.

RECOMENDACIONES

El examen médico preventivo debe ser anual y siempre que el estado de salud lo aconseje.

El control médico del rendimiento deportivo debe realizarse dos veces durante el curso escolar.

La vigilancia psico-pedagógica debe ser anual.

Los Centros de enseñanzas deben estar dotados del personal médico y técnico necesario, de acuerdo con el número de alumnos y además debe estar convenientemente retribuido pa-

ra poder alcanzar la importante labor que tienen encomendada.

Debe existir una perfecta coordinación entre el Servicio Médico Escolar del Centro y los profesores, especialmente los encargados de la Educación Física. En la ficha médica escolar, convenientemente planificada, figurarán todos los datos obtenidos en la exploración, los derivados de la valoración del rendimiento, la exploración psico-pedagógica y como resumen, el dictamen en el que se refleje la aptitud psico-física del muchacho. Todos estos problemas que plantea una nueva concepción para que la medicina Preventiva Escolar sea auténticamente eficaz, requieren una labor de difusión hacia todas las estructuras sociales, especialmente hacia los organismos rectores de la Educación.

b à l s a m o

MIDALGAN®

PRESENTACION

Tubo de 40 g.

FORMULA

Nicotinato de metilo	1,5 g
Salicilato de glicol	5,00 g
Histamina biclorhidrato	0,10 g
Mefenesina	10,00 g
Capsicina	0,10 g
Excipiente c. s. p.	100 g

CON MEFENESINA

MASAJE MEDICO-DEPORTIVO
RECUPERACION FUNCIONAL
DOLORES MUSCULARES

MIDY

LABORATORIOS MIDY, S. A. - Ecuador, 6 - Barcelona-15

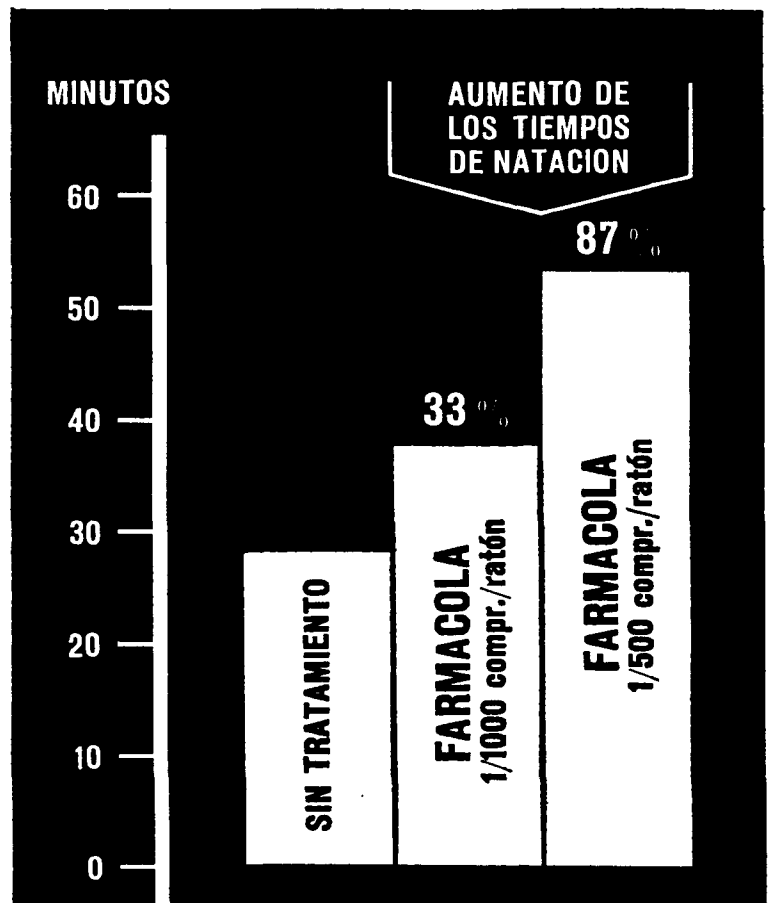
1710

Farmacola

DEFATIGANTE NEURO-MUSCULAR EFERVESCENTE DE ACCION FISIOLOGICA

**Prueba de resistencia a la fatiga
realizada en el departamento de
Farmacología del Laboratorio Dr. Andreu**

Se obligó a nadar hasta fatiga total varios lotes de ratones, anotando los tiempos de natación. Al día siguiente se les administró FARMACOLA y se repitió la prueba, comprobándose una notable prolongación de los tiempos de natación.



Cada comprimido contiene: Aspartato potásico, 150 mg; aspartato magnésico, 150 mg; ATP disódico, 2 mg; glucosa anh. 1000 mg; vitamina C, 500 mg; tintura nuez cola, 100 mg, reforzada hasta 20 mg de cafeína. En tubos de 10 comprimidos (2-3 al día disueltos en medio vaso de agua).