

Actividades científicas

SOCIETAT CATALANA DE MEDICINA DE L'ESPORT

Sesión 30 de Octubre de 2000

Con el título *Patología de los deportistas durante largos desplazamientos: Experiencia de Sydney 2000*, se celebró la primera sesión de este curso con la participación de los Dres. Gil Rodas, Cristina Pérez, Andreu Arqué, José M González de Suso, Ramon Olivé y Ángel Ruiz-Cotorro. Todos los ponentes, habían tomado parte como médicos de diferentes equipos, en los recientemente celebrados Juegos Olímpicos de Sydney.

● En primer lugar el Dr. Gil Rodas, responsable médico del equipo masculino de Hockey sobre hierba, presentó una comunicación en la cual expuso su importante experiencia en el tema tratado, teniendo en cuenta que su equipo realiza frecuentes desplazamientos por países exóticos. De forma muy didáctica ordenó su ponencia en siete apartados: *Preparación del viaje* (características climatológicas y socio-culturales, previsión de vacunaciones, control médico previo); *Viaje* (utilización según los casos de melatonina o inductores del sueño, ajustarse cuanto antes los horarios de destino, consejos higiénico-dietéticos i tener a mano un completo botiquín de viaje); *Llegada* (tener en cuenta el Jet-Lag por alteración de los ritmos circadianos del organismo, la posible deshidratación y los trastornos del sueño); *Alojamiento* (conocer los hábitos alimentarios del país, prevenir y tratar la posible diarrea del viajero, las picaduras de insectos y las insolaciones); *Competición* (tratamiento de lesiones y problemas clínicos más frecuentes, control

de peso y frecuencia cardiaca, conocer posibles problemas psicológicos); *Retorno* (similares medida que a la ida); y por último *semanas después*, valorar el cansancio, un trastorno del sueño o cualquier síntoma sospechoso de contagio durante el viaje.

● La Dra. Cristina Pérez, del equipo femenino de Hockey sobre hierba, consideró que la participación de su equipo fue afortunadísima en todos los aspectos. Como única lesión una fractura de falange, que no impidió la práctica deportiva y los mínimos y esperados problemas médicos en un colectivo deportivo femenino. Recordó el excelente resultado obtenido y el extraordinario rendimiento de la selección.

● El Dr. Andreu Arqué, de la Federación Española de Atletismo deleitó a los presentes con un extenso, bonito e interesante reportaje fotográfico dedicado a Sydney. La ciudad, la villa olímpica y los lugares de competición se reflejan perfectamente en su trabajo.

● El Dr. José M González de Suso que, desde hace años sigue el equipo nacional de Slalom en Aguas Bravas de la Federación Española de Piragüismo, fue responsable médico de las diferentes pruebas y categorías de esta federación. Para la preparación de los Juegos habían realizado tres desplazamientos previos a Australia. Para conocer la adaptación individual al cambio horario, se analizó la frecuencia cardiaca en reposo y las sensaciones subjetivas individuales (bienestar, malestar psicológico y fatiga) de los deportistas. Para facilitar la adaptación durante el viaje y los primeros días de estancia, se tuvo en cuenta adaptar el horario desde el principio del viaje, regular el sueño en función del horario australiano, alimentación proteica para el estado de vigilia y carbohidratos para inducir el sueño, ingesta de café o te según las circunstancias y entrenamientos cortos y de poca intensidad entre el segundo y cuarto días. Analizando los parámetros de sensaciones subjetivas antes señalados, se observan diferentes variaciones durante los 24 días de estancia,

mientras que la frecuencia cardiaca en reposo, al despertarse, no muestra variaciones significativas. Acaba señalando existe una gran variabilidad en la adaptación individual y por tanto la necesidad de establecer pautas individualizadas.

● El Dr. Ramon Olivé, del equipo de Taekwondo, presentó unas escenas de video, correspondientes a un combate de este deporte, donde se observa perfectamente la producción de un traumatismo directo sobre la parte antero-superior de la tibia de uno de los participante. Explica la sintomatología clínica, sugestiva de una lesión del ligamento cruzado posterior de la rodilla (tenía antecedentes de una lesión similar operada hace unos años). La RM realizada en Sydney, parece confirmar la lesión. Se comenta la buena tolerancia de esta patología para algunos deportes.

● El Dr. Ángel Ruiz-Cotorro, de la Federación Española de Tenis, comenta la fácil adaptación de los jugadores de tenis, acostumbrados a largos viajes. Se refiere al buen ambiente que encontraron sus deportistas en la villa olímpica. Ellos están poco habituados a este tipo de convivencia y supieron valorarla muy positivamente, incluso cara al rendimiento deportivo.

Acabadas las exposiciones se abrió un interesante coloquio, en el cual todos los ponentes coincidieron en destacar la bondad de las instalaciones y las facilidades de todo tipo que proporcionaba la organización. A nivel médico existía una gran colaboración a la hora de proporcionar exploraciones complementarias de todo tipo. Quizá no todos estuvieron de acuerdo en valorar la calidad de la villa olímpica, posiblemente porqué a diferencia de Barcelona, existían notables diferencias entre unos y otros edificios. Todos resaltaron los excelentes medios de transporte, especialmente comparándolos con los de Atlanta. En resumen una muy buena sesión, con una numerosa e interesada asistencia.

R. Balias i Juli