

# Preparados para hacer deporte

Una de las obsesiones de muchos estamentos de la Administración tanto general como local, es conseguir una gran participación de la ciudadanía en la práctica deportiva. Para alcanzar este hito el gasto económico y mediático que se utiliza para sensibilizar a la población de los efectos positivos que sobre la salud tiene la actividad física y el deporte. Es en este sentido que la Medicina del Deporte ha de incidir procurando establecer los criterios de la prescripción del deporte para los diferentes grupos de población, a la vez que garantiza que la aplicación de un programa de ejercicio físico se desarrolla de una forma correcta.

Si la actividad física se integra en el marco del deporte de competición, aunque este no traspase el ámbito local, la dificultad de controlar las intensidades y las incidencias que la misma podría generar, obliga a que los médicos estemos seguros de la bondad de su indicación. Por tanto parece imprescindible que el sujeto que quiere gozar de la práctica del deporte, esté realmente en condiciones de poderlo hacer, sin que esta diversión pueda convertirse en una acción nociva para su cuerpo. Esta *aptitud deportiva* sólo puede certificarla el médico especialista en Medicina del Deporte, y desde todos los poderes públicos, más tarde o más temprano se regulará tanto su concesión, acreditando a quién la puede conceder, como protocolizando el examen médico específico para cada grupo de edad o en cada una de las enfermedades más frecuentes que pueden presentarse.

Los propios médicos del deporte, hemos de ser los más respetuosos con un proceso que posibilitará que el deporte sea una verdadera herramienta para la mejora de la salud pública.

*Parece imprescindible que el sujeto que quiere gozar de la práctica del deporte, esté realmente en condiciones de poderlo hacer. Esta aptitud deportiva sólo puede certificarla el médico especialista en Medicina del Deporte*

