

Activitats científiques

SOCIETAT CATALANA DE MEDICINA DE L'ESPORT

Sessió 30 d'octubre de 2000

Amb títol *Patologia dels esportistes durant llargs desplaçaments: Experiència de Sydney 2000*, es celebrà la primera sessió d'enguany amb la participació dels Drs. Gil Rodas, Cristina Pérez, Andreu Arqué, José M. González de Suso, Ramon Olivé i Àngel Ruiz-Cotorro. Tots els ponents, havien pres part com metges de diferents equips, en els recentment celebrats Jocs Olímpics de Sydney.

● En primer lloc el Dr. Gil Rodas, responsable mèdic de l'equip masculí d'Hoquei sobre herba, presentà una comunicació en la qual va exposar la seva important experiència en el tema tractat, tenint en compte que el seu equip realitza freqüents desplaçament per països exòtics. De forma molt didàctica va ordenar la seva ponència en set apartats: *Preparació del viatge* (característiques climatològiques i socio-culturals, previsió de vacunacions, control mèdic previ); *Viatge* (utilització segons els casos de melotonina o inductors del son, ajustar-se quan abans als horaris del destí, consells higienic-dietètics, tenir a l'abast una completa farmaciola de viatge); *Arribada* (tenir en compte el Jet-Lag per alteració dels ritmes circadians de l'organisme i la possible deshidratació, trastorns de son); *Allotjament* (conèixer els hàbits alimentaris del país, prevenir i tractar la possible diarrea del viatger, les picadures d'insectes i les insolacions); *Competició* (tractament de lesions i problemes clínics més freqüents, control de pes i freqüència cardíaca, conèixer possi-

bles problemes psicològics); *Tornada* (similars mides que a l'anada); i per últim *setmanes després*, valorar el cansament, un trastorn de la son o qualsevol símptoma sospitosos de contagi durant el viatge.

● La Dra. Cristina Pérez, de l'equip femení d'Hoquei sobre herba, va considerar que la participació del seu equip va estar afortunadíssima en tots els aspectes. Com a única lesió una fractura de falange, que no va impedir l'activitat esportiva i els mínims i esperats problemes mèdics en un col·lectiu esportiu femení. Va recordar l'excel·lent resultat obtingut i l'extraordinari rendiment de lla selecció.

● El Dr. Andreu Arqué, de la Federació d'Atletisme va delectar als presents amb un extens, bonic i interessant reportatge fotogràfic dedicat a Sydney. La ciutat, la vila olímpica i els llocs de competició es reflectiren perfectament en el seu treball.

● El Dr. José M González de Suso que des de fa anys segueix l'equip nacional de Slalom en Aigües Braves de la Federació Espanyola de Piragüisme, va estar responsable mèdic de les diferents proves y categories d'aquesta federació. Per a la preparació del Jocs havien realitzat tres desplaçaments previs a Austràlia. Per conèixer l'adaptació individual al canvi horari, va analitzar la freqüència cardíaca en repòs i les sensacions subjectives individuals (benestar, malestar psicològic i fatiga) dels esportistes. Per facilitar l'adaptació durant el viatge i els primers dies d'estada, es tingué en conte: adaptar l'horari des del principi del viatge, regular el son en funció de l'horari australià, alimentació proteica per estar despert i carbohidrats per induir el son, ingesta de cafè o te segons les circumstàncies i entrenaments curts i de poca intensitat entre el segon i quart dies. Analitzant els paràmetres de sensacions subjectives abans assenyalats, s'observen diferents variacions durant els 24 dies d'estada, mentre que la freqüència

cardíaca en repòs, al despertar-se no mostra variacions significatives. Acaba assenyalant existeix una gran variabilitat en l'adaptació individual i per tant la necessitat d'establir pautes individualitzades.

● El Dr. Ramon Olivé, de l'equip de Taekwondo, va presentar unes escenes de vídeo, corresponents a un combat d'aquest esport, on s'observa perfectament la producció d'un traumatisme directa sobre la part antero-superior de la tibia d'un dels contrincants. Explica la simptomatologia clínica, suggestiva d'una lesió del lligament creuat posterior del genoll (tenia antecedents d'una lesió similar operada fa uns anys). La RM realitzada a Sydney, sembla confirmar la lesió. Es comenta la bona tolerància d'aquesta patologia per determinats esports.

● El Dr. Àngel Ruiz-Cotorro, de la Federació Espanyola de Tennis, comenta la fàcil adaptació dels jugadors de tennis, acostumats a llargs viatges. Fa referència al bon ambient que van trobar els seus esportistes en la vila olímpica. Ells estan poc habituats a aquest tipus de convivència i van saber-la valorar molt positivament, fins i tot cara al rendiment esportiu.

Acabades les exposicions es va obrir un interessant col·loqui, en el qual tots els ponents varen coincidir en destacar la bondat de les instal·lacions i les facilitats de tot tipus que donava la organització. A nivell mèdic existia una gran col·laboració a l'hora de proporcionar exploracions complementaries de tot tipus. Potser no tots van estar d'acord en valorar la qualitat de la vila olímpica, possiblement perquè a diferència de Barcelona, existien notables diferències entre uns i altres edificis. Tothom va ressaltar els excel·lents mitjans de transport, especialment comparant-los amb els d'Atlanta. En resum una molt bona sessió, amb una assistència nombrosa i interessada.

R. Balius i Juli