

Muerte súbita en deportistas, ¿podría evitarse?

Aunque, como en los últimos días, en ocasiones la muerte súbita de un deportista de élite salta a los medios de comunicación, este tipo de incidentes no suele producirse en la alta competición, ya que existe un mayor control en este nivel. Sin embargo, sólo en España mueren de forma repentina cada año entre 25 y 30 deportistas, según el registro de muertes súbitas existente en nuestro país, donde la mayoría de este tipo de defunciones repentinas se produce en futbolistas, ciclistas y atletas, un dato que no puede extrapolarse a otros países, según los expertos.

Vacío legal

En la actualidad existe un vacío legal en cuanto a la exigencia o a la obligatoriedad de cumplir un mínimo de requisitos en la realización de los reconocimientos médicos a deportistas. Así, cada federación establece su propia normativa al respecto, que a veces exige exámenes exhaustivos y otras solicita la simple presentación de un certificado médico.

Según los entendidos, uno de los requisitos básicos en la prevención de la muerte súbita en deportistas es la realización de reconocimientos médicos completos, que como mínimo incluyan una exploración general, una valoración de la historia clínica y la realización de un electrocardiograma

y una prueba de esfuerzo. Sólo de este modo, ya se detectarían muchas cardiopatías congénitas que son la causa de la mayoría de estos fallecimientos súbitos. De hecho, la miocardiopatía hipertrófica es la causa más frecuente de muerte súbita en jóvenes deportistas españoles.

Instalación de desfibriladores en grandes eventos deportivos

Los expertos coinciden al solicitar la colocación de desfibriladores semiautomáticos en las instalaciones deportivas y en grandes eventos deportivos, ya que hay un porcentaje muy alto de personas que mueren repentinamente por un problema cardíaco, consecuencia de una arritmia que podría revertirse con este tipo de dispositivos. Los desfibriladores son equipos de fácil manejo y existe la posibilidad de que una voz vaya dando instrucciones a la persona que dirige la operación, con lo que no es necesario ser médico, aunque sí es recomendable disponer de unos conocimientos básicos. Por ello, algunos expertos reivindican formar en esta materia a la población general, sobre todo a aquellas personas que, por su profesión, tienen más probabilidades de enfrentarse a un problema de este tipo.

He aquí las claves para prevenir y reducir los casos de muerte súbita.



EL MATIZ

No hay una explicación única para la gran cantidad de muertes que se registran cada año entre quienes practican deporte -profesionales y aficionados-. En general, con las herramientas disponibles en consulta y con los reconocimientos físicos deportivos habituales, se está en condiciones de identificar a los individuos que no tendrán problemas de salud por realizar un ejercicio físico moderado acorde con su edad y con sus características personales. En cambio, si se trata de deporte de competición -y no hablamos sólo de deporte de élite- es más que probable que estas herramientas resulten insuficientes. Pero no creemos que se trate sólo de una cuestión médica. También deberíamos indagar si la preparación física, los planes de entrenamiento y el ritmo de competición marcado son los adecuados para asegurar la integridad de la salud del deportista.