

Medicina del Deporte

La Medicina del Deporte es una especialidad médica que estudia los efectos del ejercicio físico y el deporte en el organismo humano, desde el punto de vista de la prevención y tratamiento de las enfermedades y lesiones. También se la denomina Medicina de la Educación Física y el Deporte.

La primera definición moderna se dio en 1958, al fundar el Instituto de Cardiología y de Medicina Deportiva en Colonia, que luego fue adoptada por la comisión científica de la FIMS en 1977 : "La Medicina Deportiva incluye aquellas ramas teóricas y prácticas de la medicina que investigan la influencia del ejercicio, el entrenamiento y el deporte en las personas sanas y enfermas, y en el deportista, así como los efectos de la falta de ejercicio, con el fin de proporcionar resultados útiles para prevenir, tratar y rehabilitar".



Según la definición propuesta por el Consejo de Europa, la Medicina del Deporte es la aplicación de la ciencia y el arte médicos a la práctica del deporte de competición y de las actividades físicas en general, con el objeto de valerse de las posibilidades preventivas y terapéuticas del ejercicio, para mantener el estado de salud y evitar cualquier daño relacionado

con el exceso o la falta de ejercicio físico.

Esta definición pone énfasis en la prevención, pero además otros aspectos importantes de la Medicina Deportiva, pueden resumirse de la siguiente manera:

1. Diagnostico y tratamiento de lesiones y enfermedades.
2. Exploración médica antes de iniciar un deporte, para detectar cualquier alteración que podría empeorar por la práctica de ese deporte.
3. Investigación médica del rendimiento para evaluar la capacidad de esfuerzo del corazón, la circulación, la respiración, el metabolismo y el sistema músculo-esquelético.
4. Valoración funcional específica para el tipo de deporte.
5. Consejo médico sobre el estilo de vida y la nutrición.
6. Asistencia médica en el desarrollo de los métodos óptimos de entrenamiento.
7. Control científico del entrenamiento.