

ALEXIS IBARRA O.

Basta con hacer una simple búsqueda en Google de los términos "medicina deportiva" para darse cuenta de la gran cantidad de centros médicos dedicados a esa especialidad que existen en Chile y que están distribuidos por todo el país.

"Antes, en Santiago, no eran más de cinco, pero ahora hay muchos y con distintas especialidades. Años atrás, ir a un centro así de especializado era algo que se asociaba a un deportista profesional, pero ahora van todo tipo de personas y no solo cuando tienen lesiones, sino también para prevenirlas", dice Angélica Burrows, *runner amateur* y quien visita regularmente este tipo de establecimientos.

Los especialistas consultados concuerdan con esta visión y dicen que en los últimos cinco años esta tendencia se ha acelerado.

Dario Correa, kinesiólogo con más de 25 años de experiencia y que ha trabajado en el Centro de Alto Rendimiento (CAR), atribuye este *boom* a un cambio de hábitos de las personas. "Hay más conciencia de llevar una vida más sana; probablemente esto también ha cobrado fuerza tras la pandemia, porque muchos vieron morir por covid a personas que tenían factores de riesgo asociados a una vida sedentaria", plantea.

"Hay un mayor interés de las personas por el cuidado de la salud, lo que ha llevado a un incremento en la práctica deportiva y una mayor conciencia de la importancia, en estos tiempos, de mantenerse en movimiento", añade Francisco Allaro, gerente comercial de MEDS, centro de medicina deportiva con 30 años de experiencia y pioneros en este campo.

Razones similares plantea Patricio Puebla, académico de la Facultad de Ciencias Médicas de la U. Bernardo O'Higgins y especialista en neurorrehabilitación. "Hoy es más frecuente observar que personas sedentarias y con estilos de vida no saludables realizan un esfuerzo importante por mejorar su salud y, secundariamente, por mejorar su imagen".

Esto, agrega Puebla, genera un mayor riesgo de sufrir lesiones con una mayor prevalencia a nivel neuromuscular, tendinoso y ligamentario. Así, "la necesidad de contar con personal especializado para atender a esta población ha ido en aumento".

Un enfoque preventivo

A juicio de los expertos, ese es otro de los factores que explica el auge de estos centros. "Creo que un factor importante es que en Chile no existía la especialidad de medicina deportiva, pero ya se imparte desde hace siete u ocho años. Antes, este era un tema tratado solo por traumatólogos o kinesiólogos", dice Beña Zubietta, médico del deporte en RPE Chile, centro de salud deportiva formado con cuatro socios de distintas disciplinas.

Lo confirma también Correa, quien estima que este florecimiento de centros se debe a la gran cantidad de universidades que forman kinesiólogos, los cuales se reúnen para formar estos centros a lo largo del país. "La calidad de los profesionales formados en Chile es buena, por lo que su atención debe ser de cierta



ARC es un centro especializado en medicina deportiva en el que confluyen especialistas de distintas áreas.

CON DISTINTOS FOCOS Y EXPERTISE:

El interés por una vida sana ha dado fuerza a los centros de medicina deportiva

Hay dos factores que impulsan su surgimiento: la formación de un mayor número de profesionales en esta área y pacientes que no solo provienen del deporte de élite, sino que realizan actividad física para su bienestar y que requieren estos servicios tanto para tratar lesiones como para prevenir o mejorar su rendimiento.



Clínicas tradicionales han abierto centros y espacios especializados en medicina deportiva. En la foto, la Clínica de la U. de los Andes.

calidad. Aunque la gran diferencia entre uno y otro la hace la experiencia de su *staff*. Centros como el nuestro lo que hacen es llevar la experiencia de un deportista de élite a las personas que hacen actividad deportiva durante la semana", agrega Correa, quien hoy es socio del centro de salud deportiva ARC (Alto Rendimiento y Competencia).

Alejandro Orizola, traumatólogo especialista en Medicina Deportiva de Clínica Universidad de los Andes, también cree que la especialización profesional es un factor fundamental. "Junto a la creación de la subespecialidad de medicina deportiva, tenemos muchos kinesiólogos que se han especializado en tratar lesiones deportivas, que tiene un enfoque diferente de pacientes sedentarios".

"También hay nutricionistas que se han dedicado a manejar bien el tema de suplementos nutricionales, para darle una buena indicación al deportista y evitar el dopaje, para así mejorar de esta forma su *performance* aun cuando no sean deportistas profesionales", agrega.

Así, dice Orizola, el objetivo de estos centros médicos es darles una larga vida en el deporte y "ojalá lo más sana posible; con enfoque más preventivo que curativo".

Elegir el apropiado

Orizola añade, además, que los centros de medicina deportiva no solo están para atender a lesionados, sino también para orientar, guiar y dar apoyo en otros aspectos. "No solo tienes que tratar al deportista, sino también orientarlo con base en la nutrición, hidratación, rehabilitación; darle la posibilidad de que un entrenador le diseñe cargas de trabajo, etc. Además, las personas hacen deporte cada vez más con un fin competitivo, y eso implica aplicar conceptos que no son solamente de medicina asistencial", agrega.

Bupa Sports es uno de los centros que se han creado en el último año. Según Verónica Loyola, directora médica de IntegraMédica y Bupa Sport, en el centro se encuentran tanto los deportistas profesionales como *amateurs* y aquellas personas que se inician en la práctica de cualquier nueva disciplina deportiva.

De ahí que su foco, dice Loyola, "está en la asesoría y prevención de cualquier dificultad que puede presentar el deportista, con un enfoque integral del paciente, buscando un bienestar físico como también el mejoramiento de las capacidades físicas y psicológicas". Así, su objetivo, añade, puede ser reincorporarlo a la práctica deportiva luego de una lesión, como también para prevenir que estas ocurran.

Según la doctora Zubietta, una de las consideraciones para elegir un centro apropiado es que tenga un enfoque interdisciplinario, en el que participen doctores especializados en medicina deportiva, nutricionistas, kinesiólogos y profesores de educación física. "No sirve que trabaje cada uno por su lado, sino que traten al paciente de forma integral".

Correa cree que, al igual que pasa con los mecánicos, hay quienes pueden arreglar un Ferrari y otros no. "La experiencia es fundamental. Es importante tener un equipamiento de punta; pero mucho más importante es el conocimiento del equipo de profesionales. Si a esa experiencia se le suma el elemento tecnológico, se produce la ecuación perfecta".