



## Enfermería deportiva, una carrera de fondo

### Autora

Silvia López Criado. Redactora de Metas de Enfermería

*Pitido del árbitro y comienza el partido. 90 min en los que dos equipos se enfrentan por llevarse la victoria. 22 jugadores en el campo, otros tantos en los banquillos, y un equipo de profesionales sanitarios que vela por su cuidado. A priori esto es lo que a la mayoría de las personas se les viene a la cabeza cuando se habla de "salud deportiva"; sin embargo, este concepto abarca mucho más que el "deporte rey". En cualquier polideportivo de cualquier ciudad se está practicando alguna actividad física, actividades que las llevan a cabo desde niños hasta personas mayores. La presencia de profesionales sanitarios, y concretamente enfermeros/as, se hace imprescindible.*

Actualmente la práctica de actividad física y deporte está en auge; cada vez son más las personas que deciden llevar una vida saludable en la que incluyen ejercicio físico. Gimnasios, polideportivos, deportes al aire libre, cualquier opción es válida para comenzar a llevar una vida más activa y dejar de lado el sedentarismo. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) la inactividad física implica riesgos equivalentes a los del tabaquismo, la obesidad, la hipercolesterolemia o la hipertensión. Pese a ello, la práctica regular de alguna actividad física o deporte en España está por debajo de la media de países de la Unión Europea, según un estudio llevado a cabo por la Universidad de Barcelona. Suecia, Finlandia y Dinamarca forman el pódium de países donde mayor ejercicio se practica.

El hecho de que poco a poco vaya aumentando el número de personas que se ejercitan, hace necesario que aumente, a la par, el número de profesionales enfermeros que les atienden en estas instalaciones o competiciones deportivas. "En los eventos deportivos, los profesionales sanitarios tenemos que estar preparados ante cualquier tipo de atención, desde la picadura de un insecto hasta la realización de vendajes funcionales. Somos la primera atención a las lesiones y, sobre todo, la actuación ante cualquier tipo de adversidad que pudiera suceder en el terreno de juego, pérdidas de consciencia o las más graves como puede ser la atención

ante una parada cardiorespiratoria", explica Emi Pujadas, enfermera dedicada al área deportiva.

Pujadas lleva vinculada al mundo del deporte desde 2014, entre ellos al Valencia CF como colaboradora externa, ha formado parte del equipo sanitario en torneos y encuentros de las categorías inferiores, y desempeña su labor en la clínica de medicina deportiva de la Universidad Católica de Valencia. Como muchos profesionales enfermeros dedicados a la atención de la práctica deportiva, reivindica el papel de estos en el mundo del deporte.

### Funciones del profesional enfermero en el área deportiva

La inclusión del profesional de Enfermería en los equipos sanitarios deportivos ha sido paulatina, pero no ha contado con el respaldo que tiene en otros países. En Estados Unidos, Francia, Japón o Canadá, por ejemplo, existe una figura denominada "athletic trainer" y se traduce como "enfermero deportivo", el cual cuenta con una gran autonomía. La preparación para poder desempeñar esta labor profesional cuenta con una formación universitaria de cuatro años.

El concepto de "salud deportiva" se recoge en la Resolución del Consejo Nacional de Enfermería 7/97, en el que se desarrollan las labores más relevantes que desempeña el en-

fermero dedicado a este área. Implica, por tanto, aspectos físicos, psíquicos y sociales, antes, durante y después de la actividad física y deportiva de cualquier modalidad y nivel competitivo, que deben de conducir al bienestar y a la ausencia de dolencias.

“Las principales funciones del profesional enfermero dentro de la práctica de la actividad física y deportiva se glosan en tres áreas: la prevención, asistencia/tratamiento y recuperación de lesiones deportivas; la recomendación de ejercicio físico saludable; y la participación en pruebas de valoración de la condición física”, indica José Belló Rico, enfermero deportivo y director de Enferdep ([www.enferdep.com](http://www.enferdep.com)).

Belló Rico ha participado en los dispositivos sanitarios dispuestos en la *Millenium* Maratón, en campeonatos de judo y ha sido responsable durante tres años del equipo sanitario del Torneo 24 horas de fútbol sala de Santa Pola (Alicante). “El pasado marzo me encargué de la coordinación del dispositivo enfermero en la Carrera Transilicita 2017. Es una constante el gran desconocimiento que existe en gran parte de la sociedad de la labor enfermera dentro de este tipo de competiciones deportivas. El agradecimiento es inmenso”, explica.

“Mi papel era en principio evaluar las características del evento: tipo de deporte, nivel de competición, edad de los participantes, ubicación geográfica, época del año, duración, etc.; y así poder elaborar un dispositivo adaptado a las necesidades de la competición, con materiales, recursos humanos, ambulancias, etc.”, continúa Belló.

Por otro lado, no hay que confundir las funciones del enfermero/a deportivo con las funciones del fisioterapeuta, aunque anteriormente hayan compartido un pasado común. Promoción de la salud, prevención de enfermedades y riesgos derivados de la práctica deportiva forman parte de las funciones propias del profesional de Enfermería. Sin embargo, existe un porcentaje de enfermeros/as que posee la doble titulación. Es el caso de Roberto Lázaro Almarza, enfermero y fisioterapeuta, que actualmente colabora con la Federación de Judo y deportes asociados: “en mi caso he trabajado dos años en el *Montakit* Fuenlabrada de ACB, una temporada en el Cadete de Baloncesto del Real Madrid y la temporada pasada hice la pretemporada del Leganés CD”. Explica que el mayor trabajo como enfermero lo desarrolla en pretemporada por las heridas derivadas del inicio de esta y el reconocimiento de los deportistas. “Durante la competición casi todo lo que se desarrolla son funciones de fisioterapia, salvo la atención a pie de campo o cancha donde sí que se hace un poco de las dos profesiones”, afirma.

“Para mí, la doble titulación es lo ideal para trabajar en el ámbito de la salud deportiva —continúa Lázaro Almarza— la fisioterapia te da, en mi opinión, los conocimientos de rehabilitación, manejo de lesiones y prevención que no tenemos los enfermeros y, por otro lado, la Enfermería me da el ma-

nejo de heridas, patología no osteomuscular, y reconocimiento de la patología urgente o emergente”.

## ¿Qué formación se requiere para ser enfermero/a deportivo?

La Enfermería deportiva y de la actividad física aún no ha sido reconocida como especialidad enfermera. Son muchos los profesionales dedicados a este área que reivindican su inclusión, ya que se requiere una formación determinada, haciendo mayor hincapié en determinadas áreas de cuidados.

“Esta formación se puede llevar a cabo cursando estudios de postgrado propios de diferentes universidades, o talleres/cursos de corta duración que provean al enfermero de habilidades, actitudes y conocimientos necesarios para adquirir la seguridad y confianza suficientes como para ponerse en marcha, y ofrecerse a un equipo o club deportivo, ayuntamiento, empresa de eventos, centro de medicina del deporte, etc.”, explica Belló Rico.

## Metas de la Enfermería de la actividad física y deporte

Uno de los logros conseguidos por la Enfermería deportiva ha sido que la figura del agente antidopaje estuviera abierta a la profesión. Sin embargo, el reconocimiento de la especialidad por parte de las instituciones y organismos públicos sigue siendo aún una asignatura pendiente.

“Estoy acreditado como agente de control de dopaje —explica Roberto Lázaro— aunque estemos reconocidos debemos ir acompañados de un médico. Debemos conseguir estar en todos los clubs y en todas las competiciones deportivas. Cada vez hay más noticias de deportistas que sufren paradas cardiorrespiratorias y patologías emergentes en el desarrollo de competiciones y, como está demostrado, el inicio de la reanimación cardiopulmonar y desfibrilación precoz aumenta las posibilidades de supervivencia.

“Fue un gran logro introducir la figura del enfermero como agente antidopaje —afirma Belló Rico— y aprovecho para agradecer esto a mis compañeros que en su día pelearon por ello. Ahora hay otras metas que se plantean, unas en forma de reconocimiento social e institucional. Como, por ejemplo, asumir que es el enfermero deportivo, y no otro, el profesional que ha de acompañar al médico si es necesario en la prestación de asistencia sanitaria inicial al deportista lesionado en el campo/terreno de juego”, reivindica. “Otras en forma de reconocimiento de intervenciones profesionales propias como es la vía parenteral, que a menudo es utilizada por otros profesionales en el tratamiento de lesiones o patologías musculoesqueléticas”, finaliza.

Mientras tanto, los profesionales enfermeros dedicados a la actividad física y el deporte continúan ejerciendo su labor en polideportivos, gimnasios, competiciones e instituciones, asistiendo a cada participante y fomentando la práctica de ejercicio, porque su labor no termina con el pitido final. Su labor es una carrera de fondo.