



Víctor Ramírez, de DKV Seguros Médicos, los doctores Dimas Romero y Enrique Balbacid y Eva Lamalfa, de Gullón. :: H. SASTRE

«Una evaluación sencilla del corazón puede evitar riesgos en el deporte infantil»

Los doctores Romero, pediatra, y Balbacid, cardiólogo infantil, participaron ayer en el Aula de la Salud de El Norte de Castilla

:: A. S.

VALLADOLID. Los beneficios de la práctica del deporte a cualquier edad, adaptado a la misma y a las condiciones físicas, son indiscutibles. La precaución, como en cualquier actividad de la vida, también.

Los doctores Dimas Romero, jefe de Pediatría del Hospital Campo Grande y Enrique Balbacid, cardiólogo infantil del mismo complejo asistencial y del Hospital de La Paz de Madrid, analizaron ayer en una nueva jornada de las Aulas de Salud de El Norte de Castilla los 'Riesgos en la práctica del deporte infantil: Pequeños soplos, patologías cardiológicas congénitas, etcétera...' para acercar a padres, entrenadores y niños y adolescentes las medidas de precaución que darán

más seguridad a la deseable práctica del ejercicio físico.

Un encuentro que se celebró, una vez más, el salón de actos de Caja España-Caja Duero con el patrocinio de DKV Seguros Médicos, la fábrica de galletas Gullón y la Junta de Castilla y León.

Indudables las ventajas de hacer deporte. El doctor Balbacid destacó en este sentido que el ejercicio físico estimula la liberación de endorfinas, lo que mejora el estado de ánimo, y reduce la ansiedad, depresión e irritabilidad. Asimismo ayuda a prevenir y luchar contra la obesidad; mejora las relaciones personales al generar el menor nuevas relaciones, aceptar reglas y valorar el compañerismo y la lealtad. En cuanto a los beneficios físicos, no cabe duda de que mejora la circulación, incrementa la producción de glóbulos blancos, fortalece el corazón, articulaciones, el crecimiento de músculos y huesos e incrementa la fuerza y la flexibilidad. Asimismo, esta ponencia especialista como mejora las capacidades intelectuales al aumentar el flujo de oxígeno al cerebro y potencia la constancia en los

hábitos. En cuanto a la necesidad de una evaluación previa al ejercicio, es importante, en general, en los niños con cardiopatías congénitas y otras enfermedades cardiovasculares o en los que están sanos pero practican deporte de forma profesional y en federaciones.

Estos exámenes previos «proporcionan información relevante y uniforme a fin de disminuir la variabilidad del reconocimiento cardiovascular predeportivo; mejoran la detección de patología cardíaca de riesgo y facilitan información para las familias y recomendaciones de práctica deportiva».

Y qué debe incluir esta evaluación, pues ambos especialistas destacan que, además de los lógicos datos de filiación e información general, hay que conocer los antecedentes personales; los familiares; realizar una anamnesis dirigida que interrogue sobre las palpitations, posibles síncope o el dolor torácico, entre otros; una exploración física general que considere peso y altura, presión arterial, posibles deformidades torácicas, incluida la escoliosis, auscultación en busca de



Teresa Pascual y Belén Gallegos, responsables del Campo Grande.

soplos –la mayoría, en los menores, son inocentes–; posible síndrome de Marfan y, por último, un electrocardiograma.

Conocer los datos clínicos de padres y hermanos es fundamental dado que, «en el 40% de los casos de muerte súbita cardíaca, existen antecedentes en la familia».

El doctor Romero destacó la importancia de considerar en la valoración del corazón la respuesta a la fatiga –sin olvidar que también el asma y otros problemas de bronquios ofrecen este sintoma– y de tener en cuenta que no todos los deportes son iguales ni exigen el mismo esfuerzo y rendimiento.

Seguimiento adecuado

Destacaron así estos especialistas como conclusiones fundamentales de su intervención que el deporte forma parte de un estilo de vida saludable, que debe inculcarse desde la infancia y que aunque casi siempre es recreativo en la edad pediátrica, puede implicar una demanda física similar al deporte de competición y que «requiere preparación, como todo en la vida». Por ello, los pediatras deben conocer «qué aspectos de los antecedentes y exploración deben motivar una evaluación especializada preparticipativa. Una evaluación cardíaca sencilla por los profesionales adecuados, puede evitar riesgos innecesarios», precisaron estos especialistas.

La mayor parte de los niños con cardiopatías «pueden y deben practicar deporte, pero con la supervisión del cardiólogo infantil».

Con estas intervenciones, el diario El Norte de Castilla abre un nuevo ciclo de sus Aulas de la Salud que, a lo largo de este año, recorrerán las diferentes especialidades médicas para mejorar la calidad de vida de las personas.

«El 40% de los casos de muerte súbita cardíaca tienen antecedentes familiares»

«La mayor parte de los niños con cardiopatías pueden y deben hacer deporte, supervisado»