

ASMA I FUTBOL

11 febrer, 2021

L'asma induït per l'exercici (AIE) es defineix com l'estenosi de les vies respiratòries transitòria aguda, que es produeix durant l'exercici, però sobretot després de practicar-lo. És comú entre els pacients amb antecedents d'asma coneguts. L'exercici és el factor desencadenant en el 90% dels pacients que pateixen asma. En persones asimptomàtiques, normalment esportistes, sense antecedents d'asma coneguts poden aparèixer símptomes similars. Això es coneix com un bronc-constricció induïda per l'exercici (BIE). La relació entre aquestes dues entitats segueix sense estar clara.

A l'estenosi de les vies respiratòries transitòria que es produeix en aquestes dues malalties la denominarem hiperreactivitat bronquial (HRB).

Implicacions de l'AMA

La major part dels jugadors i jugadores amb asma d'esforç (AIE) i broncospasme induït per l'exercici no necessitaran una exempció per ús terapèutic perquè existeixen bones opcions terapèutiques disponibles que no són substàncies 'prohibides'. Aquest són alguns d'aquests medicaments:

- Esteroides inhalats.
- Salbutamol.
- Salmeterol.
- Formoterol.

- Estabilitzadors de mastòcits.

Els jugadors que utilitzen salbutamol i formoterol han de comprendre que hi ha un nivell límit que no han de sobrepassar. Un ús excessiu d'aquests medicaments pot provocar una infracció de les normes antidopatge en el futbol professional i la posterior prohibició. Alguns jugadors han rebut sancions per dopatge per l'ús excessiu de salbutamol. Els metges han d'explicar amb claredat aquest assumpte i influir-lo en la història clínica del jugador.

Altres medicaments per l'asma, sobretot els antagonistes beta-2 alternatius, com la terbutalina, el procaterol i dosis inhalades de formoterol en excés de 54 micrograms, requereixen una sol·licitud d'exempció per ús terapèutic formal. La sol·licitud ha d'incloure la següent informació mèdica:

- Historial mèdic.
- Exploració física.
- Informació del laboratori.

Tractament

Existeix una gran varietat d'opcions disponibles per tractar la hiperreactivitat bronquial. El tipus de tractament necessari pot variar en funció d'una sèrie de factors, inclosos l'estació de l'any i els viatges. Els tractaments disponibles es poden dividir en farmacològics i no farmacològics.

No farmacològics

En determinades situacions, és possible tractar la hiperreactivitat bronquial (HRB) amb estratègies no farmacològiques. Després d'induir els símptomes de l'HRB, aproximadament un 50% dels esportistes es torna relativament insensible a altres símptomes durant un període de fins a quatre hores. Els esportistes poden intentar induir aquest període d'intensitat durant l'escalfament i utilitzar-lo com a tractament. L'exercici submaximal o la repetició d'esprints durant 30 minuts abans d'iniciar un partit pot ser eficaç. Aquesta estratègia no sempre és fiable i pot no ser bona com únic tractament.

També es poden portar a terme altres estratègies, com utilitzar mascaretes i bufandes per escalfar, o bé humidificar

l'aire o limitar l'entorn en el qual juga l'esportista. Respirar pel nas, en lloc de per la boca, també pot escalfar i humificicar l'aire inhalat. Òbviament aquestes estratègies no són pràctiques pels jugadors en pitjor estat.

Mascaretes i bufandes

Aquestes estratègies no solen ser eficaces en esportistes d'elit fora d'un entorn d'entrenament.

L'entrenament serveix per augmentar el límit en el qual es produeix l'HRB i pot ser útil per jugadors d'un nivell recreatiu.

Farmacològic

Existeix una gran varietat de medicaments que es poden utilitzar per tractar l'HRB. Aquests es classifiquen com medicaments que poden prevenir l'aparició de símptomes i que poden intentar curar-los.

• Corticoesteroides inhalats

Aquest medicament són la base del tractament quan existeix asma subjacent. Són els medicaments 'preventius' que més es recepten. En els pacients amb AIE, redueixen la inflamació de les vies respiratòries. També poden servir per reduir la hipersensibilitat de les vies respiratòries en esportistes sense asma subjacent.

El codi de l'AMA no prohibeix aquests medicaments quan s'administren per inhalació.

• Agonistes Beta-2 de curta acció

Aquests medicaments poden provocar una ràpida broncodilatador. S'utilitzen per tractar símptomes aguts. També es poden utilitzar abans de jugar a futbol per prevenir símptomes. Més del 80% dels esportistes amb FRB responen a aquests medicaments.

Els esportistes poden desenvolupar tolerància a aquests medicaments si s'utilitzen abans de jugar al futbol per prevenir símptomes. Més del 80% dels esportistes amb HRB responen a aquests medicaments.

Els esportistes poden desenvolupar tolerància a aquests medicaments si s'utilitzen regularment, la qual cosa redueix el control de l'asma general i la seva eficàcia. Com

a resultat, el seu ús com 'preventius' ha de ser limitat. Quan s'utilitza en una dosi terapèutica, el codi de l'AMA no prohibeix el salbutamol inhalat. Però, la presència de salbutamol en l'orina en excés de 100 ng/ml se segueix considerant una troballa adversa. La resta d'agonistes Beta-2 de curta acció requereix una exempció d'ús terapèutic.

- **Agonistes Beta-2 d'acció perllongada**

La funció d'aquests medicaments igual que la dels agonistes Beta-2 de curta acció és provocar la broncodilatació. També, són eficaces, però no tan útils, quan l'afecció empitjora en gran manera. La seva acció dura aproximadament 12 hores. El codi de l'AMA ja no prohibeix el salmeterol i el formoterol. Hi ha altres medicaments que si requereixen una exempció per ús terapèutic.

- **Antagonistes dels leucotriens**

Els leucotriens són potents broncoconstrictors que estimulen la secreció de la mucositat. Els leucotriens estan presents en les vies respiratòries dels asmàtics, però no en els pulmons de les persones normals. A diferència dels medicaments inhalats, aquests es prenen una vegada al dia de forma oral (comprimet).

El codi de l'AMA permet aquest medicament.

- **Esteroides orals**

Els esteroides orals se solen receptar quan l'asma empitjora en gran manera perquè poden ser molt eficaces per tractar aquesta situació. No s'utilitzen quan el tractament utilitzat contra l'asma és perllongat. Els esteroides orals requereixen una exempció per ús terapèutic. Com, per regla general, s'utilitzen únicament quan l'afecció empitjora en una gran mesura, no sol ser pràctic obtenir aquest document abans que la medicació sigui necessària. En el codi, de l'AMA s'especifica que l'estat de salut de l'esportista mai ha de posar-se en perill que no subministra un medicament en una situació d'emergència. El medicament s'hi ha d'administrat, però també s'ha de registrar una història clínica precisa, que deuen incloure unes mesures objectives o una segona opinió, També s'ha de registrar una sol·licitud d'exempció per ús

terapèutic retrospectiu.