

LA MORT SOBTADA NO SOBREVÉ EN ESPORTISTES SANS



La mort sobtada és cosa d'esportistes que estan malalts del cor. No sobrevindrà en esportistes sans. Els cardòlegs Dr. Enric Serra Grima i Dr. Francesc Carreras Costa que han impartir a la Federació Catalana de Futbol la Conferència "Valoració cardiològica en medicina de l'esport. Mort sobtada. Prevenció i riscos", han coincidit en treure alarmisme en relació a la mort sobtada en moltes ocasions magnificada per la mort d'esportistes d'elit. Això si, malgrat que no sigui obligatori, tot futbolista o esportista hauria de passar unes proves bàsiques cardiològiques (un electrocardiograma) per descartar qualsevol patologia del cor que pugui implicar una mort sobtada. El Dr. Serra Grima ha estat clar: "*La mort sobtada la pateixen malalts que fan esport*". Per tant, les revisions del cor haurien de fer-se a tot aquell que practiqui un esport, per tenir la seguretat que no pateix cap patologia al cor: **la mort sobtada no sobrevé en esportistes sans.**

Els doctors Serra Grima i Carreras Costa han dividit les seves intervencions en dos grans àrees: la valoració de l'aptitud esportiva bàsica, i la utilitat de les exploracions complementàries en els casos dubtosos. L'esport no és la causa de la mort sobtada. Serra Grima va posar com exemple el ciclisme. L'esforç que es fa en aquest esport causa molt poques morts sobtades, i les que existeixen estan associades al dopatge. El cardòleg ha volgut transmetre un missatge de tranquil·litat: "Es parla de la mort sobtada quan

veiem casos de futbolistes de primera Divisió que veiem en els mitjans de comunicació caure fulminats a terra i morint. Hem de fugir d'aquest alarmisme i tenir clar que aquestes morts han sigut com a conseqüència de la malaltia que patien, no per fer esport”.

Per la seva banda, el Dr. Francesc Carreras ha mostrar estadístiques interessants: de cada 100.000 esportistes/any només 1 perd la vida per mort sobtada. A Espanya moren sobtadament un total de 16 a 20 esportistes a l'any com a mínim. Les revisions mèdiques periòdiques en particular si hi ha antecedents de malalties cardíaques de transmissió familiar com algunes miocardiopaties poden salvar la vida d'un esportista. Pràcticament no hi ha casos de mort sobtada en els esportistes que passen reconeixements mèdics periòdics. Perquè mor un esportista de mort sobtada?

MENORS DE 35 ANYS: Les malalties cardíaques hereditaries (miocardiopatia hipertròfica, displasia aritmogènica, canalopaties), anomalies congènites de les artèries coronàries Orígens hereditaris, múscul cardíac gran, anomalies en les artèries (de difícil diagnòstic si no s'utilitzen tècniques d'imatge cardíaca avançada), són les causes més prevalents).

MAJORS DE 35 ANYS: Infart agut dmiocardi és la causa més freqüent..

Al torn de preguntes, ha destacat la importància de tenir als clubs gent preparada per fer una reanimació cardiopulmonar bàsica i la utilització dels **desfibril·ladors**. Una actuació correcta de reanimació amb o sense desfibril·lador durant l'interval d'espera del servei d'emergències mèdiques pot salvar una vida. És important fer cursos de reanimació cardiopulmonar bàsica per fer saber servir com identificar i actuar davant el cas d'una mort sobtada durant la pràctica de l'esport.

El Dr. Francesc Carreras va ser taxatiu en dos hàbits habituals dels futbolistes que han d'intentar evitar-se:

- **L'excés de cafeïna de les begudes energètiques poden provocar arítmies en esportistes sans aparentment sans, amb conseqüències impredictibles..**
- **Mai jugar a futbol amb símptomes d'un refredat i molt menys amb una grip fins que estigui ben resolta. Els virus poden**

inflamar el cor amb més facilitat (miocarditis) i provocar arítmies que podrien ser la causa d'una mort sobtada. "Quan estem refredats hem de descansar, és pur sentit comú" ha asseverat el Dr. Carreras.

A la Conferència han assistit els Directius de la Federació Catalana de Futbol, Paquita Linares, Francesc Folguera i Jacobo Domènech. En representació de la Mutualitat Catalana de Futbolistes, el seu Director General, Miquel Pardo, el Director de Formació, Antonio Artero, i un nombrosa representació dels nostres traumatòlegs (Ester Sala, Gilbert Steinbacher, Pedro Álvarez, Bruno Smyers, i Lluís Payan). També han estat presents en aquesta Conferència una bona representació dels arbitres catalans, començant pel Director del Comitè Tècnic d'Àrbitres de la FCF, Xavier Moreno Delgado, les àrbitres de 1^a Divisió de la Reial Federació Espanyola de Futbol, Ainara Acebedo, Ylenia Sánchez, Paula Lindez, i els àrbitres de 1^a Divisió del CTA de la RFEF Alfons Álvarez, David Medie i Xavier Estrada.

L'interès mostrat per molts clubs que han assistit a la Conferència demostra la preocupació del món del futbol sobre el tema de la mort sobtada. Un interès que ens anima a intentar portar aquest tipus de conferències mèdiques a tot el territori.

GALERIA DE FOTOGRAFIES





