

SIGUE EL DIAGNÓSTICO DEPORTIVO EN UNA FEDERADA DE LA FAM



La compañera de la Federación **Claudia Rodríguez Vela** ha asistido a nuestra consulta para ser tratada de una molestia que la ha apartado prácticamente media temporada de las competiciones. Ha sido seleccionada entre los miembros federados para que la Clínica Ilion realice un estudio de su caso y le ofrezca un tratamiento combinado de diferentes especialidades (Osteopatía, Nutrigenómica y fisioterapia) para erradicar la lesión. En este y otros artículos iremos siguiendo su evolución.

Volviendo al tema que nos ocupa en este artículo, diremos que las lesiones siempre se tratan en base a un diagnóstico y por tanto, cuanto más ajustado esté el diagnóstico mejor será el tratamiento y la curación. Por este motivo, es muy importante exigir siempre a nuestro terapeuta una explicación clara y concisa sobre la patología que ha diagnosticado y cuál es el protocolo de tratamiento y el pronóstico, cuánto vamos a estar de baja deportiva y cuánto vamos a tardar en recuperarnos.

Frecuentemente vemos en el telediario que un jugador se lesiona, te explican la lesión con dibujos y esquemas en 3D y además te exponen un tratamiento y cuánto tiempo va a estar el jugador sin practicar competición y cuándo podrá volver a entrenar. Pero esto normalmente solo pasa en élite. Tenemos que exigir a nuestro fisioterapeuta que haga lo mismo para cerciorarnos que ha acertado en el diagnóstico y que tiene controlado nuestro caso.

El ejemplo típico es la "tendinitis" que después de haber sido diagnosticada mil veces ya se ha demostrado que no existe a medio plazo, que el tendón se puede inflamar un tiempo pequeño y luego pasa a ser tendinosis, es decir, degeneración tendinosa debida a concentraciones de químicos. Lo normal es que el paciente no llegue al fisioterapeuta con la tendinitis pues solamente dura 3 días y que este tenga que lidiar con la tendinosis. Por este motivo el tratamiento habrá de ser completamente diferente en sus objetivos, esto acelerará la curación y el deportista volverá antes a sus entrenamientos.

La tendinitis y la tendinosis han de producir dolor al estiramiento, a la contracción activa del músculo y a la compresión, si no duele en los tres casos no es tendinitis, ni tendinosis y habrá que hacer algún otro diagnóstico como entesitis, periostitis, miogelosis... Ajustando el diagnóstico se gana un tiempo precioso para entrenar y competir en cualquier momento de la temporada.

Otro ejemplo son los dolores que se mantienen en reposo. Nos ocurre a menudo que llegan pacientes a la consulta con dolores que tienen diagnosticados como musculares y que duelen también en reposo y esto no es posible salvo en miogelosis o miositis que son patologías muy raras y casi nunca deportivas. Este caso es especialmente grave porque las patologías que duelen en reposo suelen ser debidas a arterias o vísceras. Estas pueden ser patologías más graves de lo que parece en un primer momento y si solo se trata la musculatura en la que se está reflejando el dolor, puede retrasarse demasiado el diagnóstico y haber procesos graves esperando a ser tratados.

Os invitamos a diagnosticaros profesionalmente, no a seguir una sensación o un palpito, a ser metódicos en el proceso analítico del diagnóstico porque de esto dependerá la longevidad de vuestra vida deportiva y una gran parte de vuestros logros. Un deportista lesionado es un deportista sin medalla y parado.