

Artículo Especial

CONCLUSIONES GRUPO DE TRABAJO “AVILÉS” DE MEDICINA DEL DEPORTE. XIV Jornadas de Trabajo. Málaga, octubre 2025



María Esther Álvarez Cueto^a, Julián Álvarez García^b, Carmen Arnaudas Roy^c, Markel Aitor Arregui Martín^d, Montse Bellver Vives^e, Leonor Berlanga Navarro^f, Daniel Brotons Cuixart^g, Carmen Calderón Soto^h, Lidia Carpio Rebullⁱ, Vicente Elías Ruiz^j, Jesús López Peral^k, Fernando Novella María-Fernández^l, Santiago Perote Suárez-Rivero^m, José Antonio Ponce Blandón^{n,*}, Diego Reyero Díez^o, Eduardo Ribot Rodríguez^p, Fernando Salom Portella^q, Rodrigo Santos Santamarta^r, Juan Carlos Tébar Rodrigo^s, Nicolás Terrados Cepeda^t

^a Patronato Deportivo Municipal de Gijón, España.

^b Centro de Tecnificación Deportiva de Alicante, España.

^c Coordinación Grupo Avilés. Subdirección General de Ciencias del Deporte. Consejo Superior de Deportes, España.

^d Centro BASQUE TEAM Zentroa, España.

^e Centro de Alto Rendimiento de Sant Cugat del Vallés, España.

^f Centro Regional de Medicina Deportiva de Cantabria, España.

^g Consell Català de l'Esport, España.

^h Centro de Alto Rendimiento de Sierra Nevada. Consejo Superior de Deportes, España.

ⁱ Centro de Tecnificación Deportiva de Islas Baleares, España.

^j CTD “Adarraga”, España.

^k Centro de Medicina Deportiva de la Comunidad de Madrid, España.

^l Servicio Médico del Patronato Municipal de Deportes. Ayuntamiento de Fuenlabrada, España.

^m Centro Galego de Tecnificación Deportiva, CGTD, España.

ⁿ Centro Andaluz de Medicina del Deporte. Junta de Andalucía, España.

^o Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte, España.

^p Centro de Medicina del Deporte de Madrid. Consejo Superior de Deportes, España.

^q Gabinete de Medicina Deportiva. Consell Insular de Menorca, España.

^r Centro Regional de Medicina Deportiva de Castilla y León, CEREMEDE, España.

^s Centro de Medicina Deportiva. Ayuntamiento de Rivas, España.

^t Unidad Regional de Medicina Deportiva del Principado de Asturias, España.

CONCLUSIONS OF THE “AVILÉS” WORKING GROUP ON SPORTS MEDICINE. 14th Working Meeting. Málaga, October 2025

CONCLUSÕES DO GRUPO DE TRABALHO “AVILÉS” DE MEDICINA DESPORTIVA. XIV Jornadas de Trabalho. Málaga, outubro de 2025

^a Autor de Correspondencia: José Antonio Ponce Blandón, Centro Andaluz de Medicina del Deporte. Junta de Andalucía, josea.ponce@juntadeandalucia.es (José Antonio Ponce Blandón)

<https://doi.org/10.33155/ramd.v18i4.1259>

ISSN-e: 1888-7546/ © 2025 Consejería de Turismo, Cultura y Deporte de la Junta de Andalucía.

CONCLUSIONES

1. Resaltamos la importancia del reconocimiento médico-deportivo correctamente realizado cuyo objetivo es detectar factores de riesgo o patologías que pongan en riesgo la salud y el rendimiento. Este debe ser efectuado, de manera precisa e individualizada, por un médico especialista en medicina de la Educación Física y el Deporte quien debe contar con un profundo conocimiento de las alertas cardiológicas en deportistas y de las contraindicaciones cardiológicas para la práctica deportiva, prestando especial atención a los antecedentes familiares y personales.
2. El certificado de aptitud para la práctica deportiva, obtenido como resultado de un reconocimiento médico deportivo, es un documento de suma importancia que conlleva implicaciones legales. Debe ser elaborado con estricta rigurosidad y precisión, y tiene que ser concluyente: apto o no apto.
3. Para el adecuado estudio de los deportistas de alto nivel, las pruebas de esfuerzo realizadas deben ser específicas, objetivas y útiles, ajustadas a la especialidad y modalidad deportiva. Esto es particularmente importante en deportes que se desarrollan en condiciones ambientales específicas; la prueba de esfuerzo debería intentar replicar, de la forma más fiel posible, las circunstancias de la actividad deportiva, con el fin de lograr resultados que reflejen lo que ocurre en la práctica real.
4. En el control analítico de un deportista, se realiza un primer análisis completo previo inicio de temporada y una monitorización durante la temporada para controlar tanto temas de salud como de rendimiento deportivo. Los parámetros incluidos varían según la especialidad deportiva: monitorización del estrés oxidativo, parámetros inflamatorios, parámetros para detectar estados de déficit energético (RED), daño muscular, respuesta inmunológica, respuesta endocrina, sobrecargas o sobreentrenamientos.
5. Su valoración, en conjunto, debe ser realizada, única y exclusivamente, por un médico especialista en Medicina del Deporte, como máximo responsable de la salud del deportista evaluado.
6. La medicina hiperbárica se está definiendo como una herramienta de gran utilidad, no solo en el ámbito de la práctica de actividades subacuáticas sino también en la práctica médica en general, especialmente en la recuperación de lesiones. Pero hay que destacar que sólo es efectiva, siempre que se utilice con las presiones y aparataje adecuados. Se debe realizar una revisión médica previa, para descartar posibles contraindicaciones.
7. Hay que utilizar las nuevas tendencias en el entrenamiento de fuerza desde la perspectiva de la prescripción del ejercicio físico para la mejora de la salud a todas las edades.
8. Dado el gran aumento de casos de cáncer de piel, el médico deportivo debe insistir en estrategias de prevención de cáncer de piel, siguiendo las recomendaciones de la OMS. Los deportistas tienen un alto riesgo de cáncer de piel, por lo que el médico deportivo puede ser un primer eslabón en la cadena de prevención de este tipo de cáncer, siendo necesario potenciar la formación del médico deportivo en la detección de esta patología.
9. El deportista debe ser conocedor de los riesgos de la exposición solar inadecuada y de los mecanismos de protección existentes. Por esta razón, es necesario informar y formar a los deportistas para que puedan adoptar las medidas necesarias.
10. El ejercicio físico adecuadamente prescrito, programado y ejecutado, debe ser un componente importante del estilo de vida saludable para las personas que han sufrido un trasplante de órgano.
11. Reiteramos la necesidad de reanudar la formación de la especialidad de medicina del deporte para poder atender adecuadamente las necesidades médicas de los deportistas. La falta,

cada vez más evidente, de profesionales de esta especialidad en los centros de medicina que atienden a deportistas, está ocasionando la dificultad para cubrir estas plazas con el consecuente detrimento de calidad asistencial a nuestros deportistas. Para ello es esencial las sinergias entre organismos administradores del deporte y de la sanidad.