El por qué de una "Guía Práctica Clínica de las lesiones musculares"

Gil Rodas y colaboradores
Servicios Médicos del FC Barcelona. Barcelona. España.

Las lesiones musculares son muy frecuentes en el mundo del deporte, especialmente en el fútbol, pero ello es algo inherente a todos los deportes y a toda la población que practica alguna actividad deportiva. Los estudios epidemiológicos más recientes muestran que las lesiones musculares suponen más del 30% de todas las lesiones deportivas, hecho que en un equipo de fútbol profesional puede llegar a representar una mediana de 10 lesiones musculares por temporada, que equivalen a más de 250 días de baja deportiva por temporada y equipo.

Por otro lado, a pesar de su alta frecuencia en el mundo del deporte profesional y en la sociedad en general, y del interés por buscar soluciones en las últimas décadas, cuando miramos la bibliografía sobre el tema encontramos poco soporte científico, tanto en el aspecto del diagnóstico como en el del tratamiento y la prevención. En pocas palabras, existe muy poca evidencia científica, ya que se han hecho pocos ensayos clínicos y, como es una entidad clínica que *tarde o temprano* se cura, ha generado poco debate y poco interés científico. Evidentemente esto, ha permitido un gran empirismo y la imposibilidad de disponer de principios claros y rigurosos para diagnosticar, tratar y prevenir las lesiones musculares. El motivo de por qué ha pasado esto es complejo y extenso, y no es el tema de este editorial.

El objetivo de la "Guía Práctica Clínica de las lesiones musculares" del FC Barcelona, que ahora se publica en la revista Apunts. Medicina de l'Esport, ha sido buscar un instrumento que permita que todos los profesionales que trabajan con los deportistas del FC Barcelona actúen de la misma manera frente las diversas lesiones musculares que se producen en los diferentes equipos durante el transcurso de la temporada. Todo ello nos debería permitir ser y actuar de forma aún más homogénea y rigurosa.

El objetivo de la "Guía Práctica Clínica de las lesiones musculares" ha sido buscar un instrumento que permita que todos los profesionales que trabajan con los deportistas del FC Barcelona actúen de la misma manera frente las diversas lesiones musculares que se producen en los diferentes equipos durante el transcurso de la temporada.

Por ello, primero hicimos una profunda revisión del tema, después consultamos a todos los profesionales del FC Barcelona –médicos, fisioterapeutas y preparadores físicos que, por los años de conocimiento y mucha práctica clínica, era imprescindible que diesen su opinión– y por último también pedimos opinión a otros profesionales expertos del entorno del FC Barcelona. Todos juntos han ayudado a consolidar un conocimiento lo más actualizado posible y unas pautas de actuación referentes a cómo diagnosticar, tratar y prevenir las lesiones musculares. No ha sido fácil: el trabajo ha supuesto dos años de dedicación, muchos borradores y muchas reuniones, y entendemos que al final se ha escrito un primer guión y que, a medida que vayamos "caminando", encontraremos cosas que quizás se deban cambiar y mejorar.

Entendemos que por el vacío de conocimiento que había sobre el tema podía ser muy interesante publicar esta Guía en un entorno como es la revista Apunts, que permitirá dar una difusión universal entre los especialistas de diferentes ámbitos, especialmente los de medicina del deporte.

Para los Servicios Médicos del FC Barcelona este acto es un reto, ya que damos a conocer por primera vez lo que hacemos en un mundo tan mediatizado como es el nuestro.

Esperamos que la comunidad científica dé su visto bueno y que también sirva para que la sociedad en general se beneficie de este conocimiento, que aún se basa sobre un gran empirismo y un soporte científico por consolidar.