

El ejercicio físico como método de prevención y tratamiento complementario debe ser prescrito por el médico

La Sociedad Española de Medicina del Deporte (SEMED) y el Consejo General de Colegios Oficiales de Médicos (CGCOM), conscientes de que diversos aspectos relacionados con la salud de la población están teniendo una importante repercusión mediática y, en razón de la responsabilidad que les corresponde respecto a la salud de pacientes y de sanos, quieren aportar su opinión en relación con la utilización del ejercicio físico en la prevención y tratamiento de enfermedades crónicas.

1. La SEMED y el CGCOM son conscientes de su responsabilidad social y jurídica y consideran imprescindible expresar los conceptos de forma rigurosa, precisa e incuestionable.
2. El ejercicio ha demostrado, con evidencia científica incontrovertible, ser una herramienta de primer orden tanto en la prevención como en el tratamiento de un número creciente de enfermedades crónicas.
3. El ejercicio no es una medicina ni un fármaco.
4. El ejercicio físico, cuando se va a emplear como método de prevención y de tratamiento complementario, debe ser prescrito.
5. La prescripción de ejercicio físico es un acto médico que requiere diagnóstico, valoración funcional y seguimiento médico.
6. La receta es la expresión de una prescripción médica. Términos como “receta deportiva” sólo inducen a malentendido y confusión, cuando se utilizan fuera del ámbito de uso correcto por el médico.
7. La ejecución del ejercicio con fines de prevención y de tratamiento, debe ser programada de acuerdo con la prescripción médica y realizada por profesionales que tengan los conocimientos y capacidad para su realización, concretamente fisioterapeutas y titulados en ciencias de la actividad física, cada uno en su contexto.
8. El responsable del tratamiento del paciente y de la persona sin patología que realiza ejercicio físico como medio preventivo, es el médico.

9. La colaboración entre los diversos profesionales implicados en el ejercicio físico con fines de salud es primordial y se sustenta en el principio de colaboración, respeto y reconocimiento de las atribuciones que cada uno de ellos tiene perfectamente definida.

Es muy importante que se sepa que hay profesiones sanitarias implicadas muy estrechamente en el ejercicio físico con fines de salud y que, fundamentalmente son el médico y el fisioterapeuta. Los titulados en ciencias del deporte, aunque no son profesión sanitaria, tienen una función primordial en la realización de ejercicio para la salud.

10. Cualquier intento de intromisión entre profesionales sólo significaría un problema para el usuario o paciente, que son los objetivos fundamentales de cualquier estrategia sanitaria y actuación destinada a la prevención y el tratamiento de la enfermedad.
11. En el caso de asumir funciones médicas por parte de otras profesiones, es preciso indicar que se puede entrar dentro de la consideración de intrusismo, con las graves consecuencias que puede tener.
12. Es muy importante clarificar todos los conceptos sanitarios sin utilizar elementos de confusión para que se sepa inequívocamente lo que significa cualquier actuación relacionada con la salud de los ciudadanos y el profesional que la realiza.