

Este año, se celebran los últimos JJOO del milenio. Un acontecimiento social, que cada cuatro años, acapara una gran parte del interés de la opinión pública, generalmente con connotaciones festivas, pacifistas, y de superación humana. El deporte de alta competición, del que los Juegos son su máximo exponente, ocupa un lugar importante en la atención de la gente, en casi todos los países.

¿A que es debido?

El carácter lúdico y saludable del ejercicio físico, cuando se practica de forma recreacional, hace que sea una actividad recomendable en la que ocupar el tiempo de ocio, cada vez mas abundante en las Sociedades mas desarrolladas.

Cuando se practica de forma competitiva, acumula otros valores que le hacen candidato a la identificación de las personas con nacionalismos, rivalidades regionales o vecinales, o escape de otras tensiones de la llamada vida moderna, así como de campo abonado para la búsqueda de fama y dinero.

El deporte-espectaculo genera ingentes cantidades de dinero y no pocas influencias políticas y sociales. Asimismo la respuesta del cuerpo humano a esas situaciones limite a las que se ve sometido un deportista de elite en cuanto a su capacidad física, de recuperación tras un esfuerzo extenuante, de fortaleza mental etc., constituyen un campo de investigación idóneo, de cuyos resultados pueden extrapolarse muchos conocimientos prácticos para distintas áreas de la medicina.

Por tanto, el deporte en todas sus facetas, tiene una influencia enorme en la vida de las personas en estos finales del siglo XX y la tendrá probablemente aun mayor, en el próximo milenio.

En este numero extraordinario de Arbor, pretendemos presentar una visión de algunos de los aspectos mas notables del mundo del deporte

y del ejercicio físico. Se podrían tratar muchos mas, pero estos nos parecen bastante representativos.

Se comienza por establecer las bases científicas del entrenamiento deportivo. Tras hablar de la técnica, se tratan aspectos complementarios como la nutrición deportiva y las ayudas ergogénicas, tan importantes para obtener el máximo rendimiento del cuerpo entrenado del deportista. Se abordan luego los efectos que esa alta especialización hacia cada tipo de deporte, provocan en la salud del que los practica y si son positivos o no para ella. La medicina deportiva en su ayuda al tratamiento de lesiones y en la rehabilitación de las mismas, es también tratado ampliamente.

Dado que hombres y mujeres, no somos biológicamente iguales y que tras la pubertad, las diferencias en la capacidad física vienen muy influenciadas por el sexo, se describen las peculiaridades de la mujer deportista.

Para terminar, dos temas de gran interés .La organización de grandes eventos deportivos, como reflejo de ese impacto social de gran alcance mediático y económico , que significa hoy día el deporte y la curiosidad que tenemos por conocer si realmente existen limites humanos en nuestra continua búsqueda de superación para lograr nuevos records que lo demuestren. Podríamos haber tratado otros temas, como los relacionados con los aspectos legales, publicitarios o de financiación de la actividad deportiva o como esta se refleja en los medios de comunicación. Pero creemos que este contenido es suficiente como introducción al mundo del deporte.

Quiero también afirmar que el nivel deportivo de nuestro país, nunca ha estado tan alto como en estos momentos. Ello ha sido posible, en parte, a la ayuda científica prestada por muchos profesionales españoles, con la consiguiente mejora de conocimientos y métodos de entrenamiento y planificación que han ayudado a nuestros deportistas a superarse. También a personas como Carlos Ferrer Salat, gran mecenas del deporte, la ciencia y la cultura, fallecido hace poco mas de un año, y que con su visión y liderazgo, ayudó enormemente a esta mejora espectacular de nuestro deporte. A él, queremos dedicarle este numero de ARBOR.

Esperamos que su lectura os resulte amena e instructiva a la vez.

José María Odriozola Lino