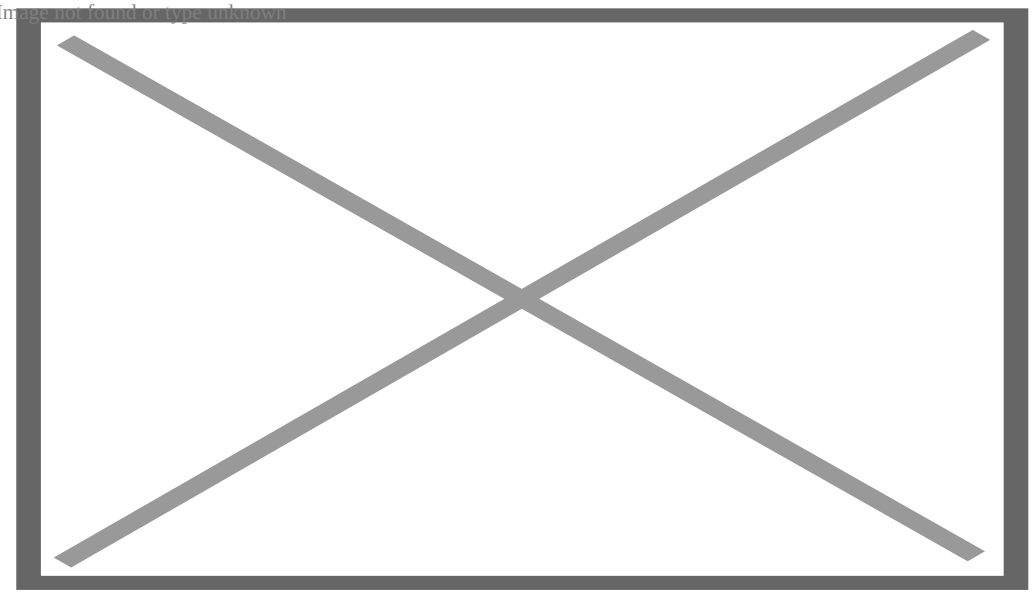
El COI refuerza alerta sobre síndrome de deficiencia energética

Image not found or type unknown



COI

Lausana, 29 sep (COI).- Una nueva declaración de consenso del Comité Olímpico Internacional (COI), publicada en el British Journal of Sports Medicine, destaca el riesgo para los atletas de un síndrome que afecta la salud y el rendimiento.

La causa se ubica en un desajuste entre las calorías consumidas y quemadas durante el ejercicio, conocido como deficiencia energética relativa en el deporte (DERD).

El consenso, informado por un panel de expertos internacionales, se basa en avances clave en la ciencia durante los últimos cinco años, con el objetivo de promover un reconocimiento y una prevención más amplios del síndrome y optimizar la salud, el bienestar sicológico y el rendimiento de los atletas.

En particular, la declaración destaca las nuevas pruebas sobre el papel emergente de la ingesta inadecuada de carbohidratos; la superposición entre los DERD y el síndrome de sobrentrenamiento; el cronograma del desarrollo de los DERD; la interacción entre la salud mental y los DERD; y los avances en la comprensión del síndrome en deportistas masculinos y paradeportistas.

EL COI LIDERA LA INVESTIGACIÓN

Los DERD afectan múltiples sistemas y funciones corporales, así como el rendimiento de los atletas. El COI los reconoció por primera vez como una entidad distinta en una declaración de consenso de 2014, que se actualizó en 2018.

El doctor Richard Budgett, director médico y científico del COI, explicó que las «declaraciones de consenso del COI desempeñan un papel central en la traducción de la investigación y la teoría a la práctica clínica. Esta nueva declaración contribuirá en gran medida a proteger la salud de los atletas mediante mejoras tanto en la prevención como en el manejo de los DERD».

Si bien la verdadera prevalencia de los DERD varía entre deportes (con estimaciones que oscilan entre el 15 y el 80 por ciento de los atletas de élite), la declaración encuentra que el síndrome a menudo pasa desapercibido para los propios atletas, sus entrenadores y médicos de equipo, y puede verse exacerbado involuntariamente por la «cultura deportiva», debido a las mejoras percibidas en el rendimiento a corto plazo al limitar la ingesta de calorías.

«El síndrome DERD es común tanto en atletas masculinos como femeninos en muchos deportes, y aunque entendemos mucho más sobre sus causas, la conciencia sobre el síndrome y sus consecuencias para la salud y el rendimiento todavía es baja entre los atletas, sus equipos médicos y

https://www.radiohc.cu/noticias/deportes/335425-el-coi-refuerza-alerta-sobre-sindrome-de-deficiencia-energetica

Radio Habana Cuba