

IMPLANTACIÓN POR PERSONAL DE ENFERMERÍA DE UN SERVICIO DE ASISTENCIA SANITARIA EN ESCUELAS DEPORTIVAS

AUTORÍA

Muñoz Simarro, Damián*.

Míguez Burgos, Agustín **.

Tello Pérez, Susana.

* D. U. Enfermería D.C.C.U. Distrito Sevilla. S.P.Ibermutuamur.

** D. U. Enfermería FREMAP CIUDAD JARDIN. Sevilla.

Dirección para correspondencia: agustin_miguel@fremap.es

RESUMEN

Con el desarrollo del programa que se expone podemos llegar a conseguir que las personas que practiquen deporte lo hagan de una forma adecuada y saludable, sin riesgo de lesiones, y en el caso de que estas se produzcan, nos permite llevar a cabo una actuación inmediata que evitaría cualquier posible complicación. Nos va a permitir llevar a cabo un seguimiento del desarrollo de estos deportistas y ponernos en alerta ante cualquier anomalía detectada. Así mismo, vamos a poder ir incidiendo sobre la educación de dichos sujetos, lo cual va a suponer un beneficio no sólo en el ámbito deportivo, sino en todos los de su vida.

PALABRAS CLAVES

ESCUELAS DEPORTIVAS, ASISTENCIA SANITARIA, PREVENCIÓN Y VIGILANCIA SANITARIA, FORMACIÓN CONTINUADA, ENFERMERÍA, INSTALACIONES DEPORTIVAS.

TITLE

NURSING STAFF FOR IMPLEMENTATION OF A HEALTH CARE SERVICES D SPORT IN SCHOOLS

ABSTRACT

With the program we set out to get people who practice sport to do a proper and healthy way, without risk of injury, and if they occur, allowing us to conduct an immediate to avoid any possible complication. Will allow us to monitor the development of these athletes and get alert for any anomalies detected. Likewise, we can be an impact on the education of these subjects, which will provide a benefit not only in sport but in all of his life.

KEYWORDS

SCHOOLS SPORTS; HEALTHCARE; PREVENTION AND HEALTH SURVEILLANCE; CONTINUING EDUCATION; NURSING; SPORTS FACILITIES

INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

El fenómeno deportivo está de moda, para convencerse de ello no hay más que contabilizar las horas de retransmisión por radio o televisión, leer las múltiples publicaciones, contar los socios de los clubes y los practicantes de todo tipo de deportes, que invaden parques, polideportivos, jardines e incluso las aceras. Esta moda también afecta a los niños, que se identifican con los ases del deporte y quieren, cada vez más tempranamente, practicar alguno de ellos.

El ejercicio físico realizado de forma regular durante el periodo de crecimiento, contribuye de forma clara y definitiva no solamente a lograr un desarrollo más armónico del organismo del niño, sino que le aleja de la enfermedad tanto en esta etapa como en la adulta. Una correcta orientación deportiva, la planificación del entrenamiento por personal especializado y el seguimiento y asistencia por personal sanitario con conocimientos específicos en materia deportiva, ponen al niño en disposición de lograr un estado óptimo de salud, alejándolo además de la aparición de determinadas enfermedades y lesiones deportivas.

Según lo expuesto, debe haber una atención sanitaria continuada sobre las personas que practican deporte, que debe ir dirigida a la asistencia en el caso de lesiones, descubrimiento de contraindicaciones, orientación deportiva, prevención de lesiones, etc. A continuación reflejaremos a modo de ejemplo los principales datos de los niños participantes en unas Escuelas Deportivas Municipales, a los cuales podría ir dirigida nuestra atención.

**ALUMNOS DE LAS ESCUELAS DEPORTIVAS DEL AYUNTAMIENTO DE GINES
TEMPORADA 2000 - 2001**

ESCUELAS DEPORTIVAS	EDADES	LUGAR	DÍAS	HORARIO	PLAZAS
PSICOMOTRICIDAD	Nacidos del 97 al 90, ambos inclusive.	Pabellón	Martes y Jueves	16-17:30 17:30-19	160
GIMNASIA RÍTMICA	Nacidos del 96 al 88, ambos inclusive.	Pabellón	Martes y Jueves	16:30-18	20
BALONCESTO	Nacidos del 94 al 85, ambos inclusive.	Pabellón	Lunes-Miérc.- Viernes	17-20	140
FÚTBOL	Nacidos del 95 al 89, ambos inclusive.	Polideportivo Pabellón	Lunes-Miérc.- Viernes Lunes-Miérc.- Viernes	16-18 16-17	80
VOLEIBOL	Nacidos del 94 al 85, ambos inclusive.	Pabellón Polideportivo	Martes-Jueves Miércoles- Viernes	19-20:30 16:30-18	30
AEROBIC (MAÑANAS)	Cualquier edad	Pabellón	Lunes-Miérc.- Viernes	9:15-10:15	35
AEROBIC(TARDES)	Cualquier edad	Pabellón	Lunes-Miérc.- Viernes	19-20	35
MANTENIMIENTO (MAÑANAS)	Cualquier edad	Pabellón	Lunes-Miérc.- Viernes	10:15- 11:15	50
MANTENIMIENTO (TARDES)	Cualquier edad	Pabellón	Lunes-Miérc.- Viernes	20-21	50
TAI-CHI	Cualquier edad	Pabellón	Martes-Jueves	19:30-21	20
PRETENIS	Nacidos en el 94 y 95	Polideportivo	Martes-Jueves	16-17	14
TENIS	Nacidos del 93 al 85, ambos inclusive.	Polideportivo	Lunes-Martes- Miérc. Jueves-Viernes	17-20	98
TENIS ADULTOS	Nacidos en el 85, y anteriores	Polideportivo	Martes-Jueves	19-21	20
NATACIÓN Y NATACIÓN SINCRONIZADA(Invernal)	Nacidos del 92 al 85, ambos inclusive.	Piscina por determinar	Por determinar	Por determinar	30 y 25
AJEDREZ	Nacidos en el 94 y anteriores.	Pabellón	Martes-Jueves	16:30-18	20

Teniendo en cuenta estos datos, y ante la ausencia total de atención sanitaria específica hacia el deporte para estos niños, creemos que es necesario el *disponer de un servicio sanitario* que garantice la asistencia y vigilancia sanitaria que los niños que practican estas actividades requieren, para así cumplir con uno de los principios rectores de la Ley del Deporte de Andalucía, que establece en su artículo 2: " Los poderes públicos de Andalucía, en el marco de sus respectivas competencias, fomentarán el deporte y tutelarán su ejercicio, de acuerdo con los siguientes principios rectores: (...)
n) La promoción y la atención médica y del control sanitario que garanticen la seguridad y la salud de los deportistas y que faciliten la mejora de su condición física".

OBJETIVOS GENERALES.

- 1.- Asistencia sanitaria y administración de primeros auxilios en caso de lesiones.
- 2.- Prevención de lesiones deportivas en el niño, que pudieran alterar su actividad deportiva.
- 3.- Control higiénico de las instalaciones.
- 4.- Formación y reciclaje de técnicos deportivos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- 1.1.- Asistencia sanitaria adecuada y precoz en el caso de lesión durante la actividad deportiva.
- 1.2.- Administración precoz de primeros auxilios y medidas sanitarias adecuadas en el caso de lesión deportiva.
- 1.3.- Evacuación y derivación a centros especializados en los casos en que se requiera.
- 1.4.- Control y seguimiento de la lesión deportiva hasta la rehabilitación total.
- 2.5.- Que todos los deportistas obtengan los reconocimientos físicos de no contraindicación para la práctica del deporte.
- 2.6.- Llevar a cabo un programa de educación sanitaria para evitar lesiones deportivas durante la temporada dirigido a los deportistas.
- 2.7.- Reuniones mensuales con el personal técnico deportivo para valorar riesgos de lesiones según cada modalidad deportiva.
- 3.8.- Las instalaciones donde se practique deporte se encontrarán en perfectas condiciones higiénico-sanitarias cada vez que sean utilizadas.
- 4.9.- Llevar a cabo un programa de formación continuada durante la temporada dirigido a los técnicos deportivos.
- 4.10.- Asegurar la formación continuada y reciclaje del servicio sanitario.

PLANIFICACIÓN.

- ASISTENCIA SANITARIA

- + Se establecerá un servicio de asistencia durante el horario en que se desarrollen las actividades deportivas en las propias instalaciones deportivas.
- + Desarrollo de protocolos de:
 - * Actuación en caso de las distintas lesiones deportivas.
 - * Actuación en caso de urgencias vitales.
 - * Actuación en caso de accidentes o catástrofes en las instalaciones deportivas.
 - * Evacuación y derivación de lesionados a centros especializados.
- + Programas de seguimiento y control de lesionados.

- PREVENCIÓN

- + Establecer conciertos para realizar los reconocimientos de no contraindicación deportiva a todos los deportistas durante el mes antes del comienzo de las actividades deportivas cada temporada.
- + Realizar valoraciones de enfermería de los deportistas cada dos meses o menos según cada caso, para así llevar a cabo un control satisfactorio y personalizado de cada niño. Los niños vendrán acompañados de sus padres.
- + Hacer estadísticas sobre lesiones más frecuentes, tiempo de rehabilitación, etc. Con el objeto de disminuir los factores de riesgo de lesiones y aumentar nuestra efectividad a la hora de administrar cuidados sanitarios.
- + Organizar cada mes una charla-conferencia educativa dirigida a que los deportistas adquieran hábitos deportivos adecuados en general.
- + Organizar encuentros mensuales con los técnicos deportivos para valorar riesgo de lesiones según cada modalidad deportiva.

- CONTROL HIGIÉNICO

- + Revisión mensual en profundidad de las condiciones higiénico-sanitarias de las instalaciones deportivas en sus diversas partes: W.C, vestuarios, duchas, etc.
- + Revisión global de las instalaciones antes de comenzar cada actividad deportiva.

- FORMACIÓN Y RECICLAJE DE TÉCNICOS DEPORTIVOS

- + Organizar mesas redondas, charlas, etc. a lo largo de la temporada sobre temas deportivos dirigidos a los técnicos deportivos.
- + Facilitar información específica de su deporte a cada técnico deportivo sobre las últimas investigaciones y publicaciones.
- + Asistencia del personal sanitario a actos y cursos relacionados con la salud y el deporte.
- + Organización de conferencias relacionadas con la salud y el deporte.

- RECURSOS HUMANOS

+Un enfermero con conocimientos en la materia sanitaria-deportiva, que será el encargado del funcionamiento y organización del servicio sanitario, y el encargado de desarrollar este programa. Su horario se acoplará al del desarrollo de las actividades deportivas.

+ Para los reconocimientos médicos de no contraindicación, habrá que realizar un concierto con un centro médico que los realice.

+ En caso de evacuación de lesionados a centros especializados se contará con el sistema de evacuación y de centros especializados de la seguridad social, que cubre la asistencia a los deportistas.

- RECURSOS MATERIALES

+ Una consulta que nos sirva para la asistencia, exploración y seguimiento de deportistas. Debe ser.-

* Accesible a la pista deportiva.

* Con fácil evacuación.

* Contar con aseo propio.

+ Mobiliario

* Camilla para exploración

* Mesa de despacho

* Archivadores para historias clínicas

* Armario para material sanitario

* Armario para medicación con cerradura

* Estantería para biblioteca y sillas para consulta

* Fregadero con toma de agua caliente y llave apertura de palanca.

* Ordenador y teléfono

* Negatoscopio

* Plomada, cinta métrica, tallímetro, balanza de peso.

* Libro de registro (o programa informático)

* Etc.

+ Material de inmovilización. -

* Fajas, vendas anchas.

* Férulas metálicas de distintos tamaños.

* Collarines cervicales.

* Inmovilizadores de rodillas, clavícula, hombro, etc.

* Camilla de tijera, tablas para lesiones raquis, bolsas arena.

+ Equipo de primeros auxilios. -

* Vendas elásticas cohesivas de diferentes anchuras.

* Vendas elásticas de diferentes anchuras.

* Vendas de malla de diferentes anchuras.

* Tiras de gasa orillada, Compresas y gasas estériles.

* Mallas tubulares elásticas y no elásticas.

* Apósitos estériles. tul graso, Steri-trips, apósitos oculares.

* Algodón hemostático, apósitos compresivos.

* Povidona yodada, clorhexidina, alcohol 70 °

* Algodón hidrófilo, vendas de algodón.

* Suero fisiológico, soluciones de glucosa, agua oxigenada.

* Cepillos desechables, tijeras, pinzas, portaagujas, bisturí y hojas de bisturí, guantes no estériles, bolsas de desechos, mantas, un termo

* Pomadas antibióticas, antiinflamatorias, cicatrizantes, con corticoides, etc.

* Hielo en bolsas, agua, cubos de basura.

* Guía sencilla de intervención y teléfonos útiles.

+ Equipo sanitario

* Fonendoscopio, tensiómetro, linterna, termómetro, martillo de reflejos, otoscopio, etc.

* Bandejas metálicas, depresores, jeringas y agujas.

* Material de sutura: suturas con agujas, guantes estériles, campos estériles, etc.

* Medicamentos:

- Analgésicos, antipiréticos, antiinflamatorios.
- Corticoides, antihistamínicos.
- Medicamentos O. R. L., oftalmológicos, neumológicos, digestivos, cardiovasculares.
- Ansiolíticos, somníferos.
- Antibióticos de diversos tipos.
- Anestésicos.
- * Ambú, Guedel de distintos tamaños.
- * Material de perfusión IV y soluciones IV de diversos tipos
- * Medidor de glucosa y tiras reactivas.
- * Fuente de oxígeno y ventimax.
- * Maletín de urgencias equipado.



BIBLIOGRAFÍA

- Dr. Julio Grados. "Los niños y el Deporte". 5/5/2001. www.futbolperuano.com.
- Dr. Oscar Julio Trotta. "El niño en el Deporte". 2002. www.correrayuda.com.
- Ortega Sánchez-Pinilla, R. "Medicina del ejercicio físico y del deporte para la atención a la salud". Ediciones Díaz de Santos. Madrid. 1992.
- Shahady, E.J. Petrizzi, M.J. "Medicina deportiva para entrenadores, preparadores y monitores". Ed. Octaedro. 1992.
- [Ley 6/1998, de 14 de diciembre, del Deporte de Andalucía.](#)
- Rojo García José María. "Medicina del Deporte". Universidad de Sevilla. 1997.