

Muerte súbita en deportistas: Una realidad silenciosa que exige prevención



La muerte súbita en deportistas es un fenómeno poco frecuente, pero de profundo impacto social y mediático. Se trata de un evento inesperado que suele ocurrir durante o inmediatamente después del ejercicio físico intenso, afectando especialmente a personas jóvenes, aparentemente sanas. En la mayoría de los casos, este desenlace es consecuencia de una afección cardíaca preexistente que no ha sido detectada a tiempo. "Si hay una condición de base previa - conocida o no conocida - , puede desencadenarse un evento de este tipo al hacer ejercicio extremo debido a cambios en la estructura y en el funcionamiento del corazón por lo que es importante su evaluación y chequeo en forma regular ", señala el Dr. Jorge Jalil, presidente de la Sociedad Chilena de Cardiología (SOCHICAR).

Las causas son múltiples. Las más frecuentes como causa de estos eventos son la miocardiopatía hipertrófica y los orígenes anormal o anómalos de las arterias coronarias. También existen otras condiciones que pueden producir trastornos del ritmo cardíaco o arritmias severas, que pueden no presentar síntomas hasta el momento de un evento fatal. En el caso de la miocardiopatía hipertrófica, se ha identificado un fuerte componente genético, presente en cerca del 40% de los casos.

Según un estudio reciente publicado por la Revista Española de Cardiología (REC), el 96% de los casos de muerte súbita relacionada con el deporte ocurre en deportistas recreativos. La causa más frecuente (63%) es la car-

diopatía isquémica, es decir, enfermedad coronaria con infarto al miocardio o síndrome coronario agudo. La incidencia mundial estimada es entre 1,25 y 2,5 muertes por cada 100.000 deportistas, afectando con mayor frecuencia a hombres, especialmente futbolistas menores de 35 años y ciclistas o corredores mayores de 39.

"Hay enfermedades que son asintomáticas hasta que se produce un evento. Algunas producen arritmias severas o una muerte súbita. Por eso, es importante que los deportistas de alto rendimiento se realizaran al menos un chequeo anual, que incluya un examen clínico, un electrocardiograma y un test de esfuerzo", explica el Dr. Jalil.

En Chile no existen cifras oficiales sobre este fenómeno, pero casos esporádicos de muerte súbita en deportistas, tanto recreativos como profesionales, se registran ocasionalmente. Muchas veces, estas condiciones podrían haber sido detectadas mediante un adecuado examen médico, historia clínica detallada y -muy importante- la evaluación de los antecedentes familiares de enfermedades o eventos cardiovasculares. La presencia de síntomas como palpitaciones, desmayos, fatiga inusual o dolor torácico deben ser señales de alerta para consultar con un especialista.

La comunidad médica insiste en el rol fundamental de la prevención. Condiciones como el "corazón de atleta", que implica cambios estructurales en el órgano por el ejercicio intenso, también deben ser monitoreadas de forma periódica.