

## Colapso de Atleta

**Condición:** Un corredor caído o un atleta colapsado es un participante que no puede pararse o caminar sin ayuda durante un evento atlético de resistencia o al finalizar el evento.

**Antecedentes:** Más de 500.000 atletas participaron en maratones en los Estados Unidos en 2011, y el colapso asociado al ejercicio es el problema médico más común durante estos eventos. Este tipo de colapso asociado al ejercicio puede ser causado por numerosas condiciones subyacentes, que incluyen problemas cardiovasculares, enfermedades relacionadas con la temperatura, desequilibrio electrolítico, asma o alergia, calambres musculares, lesiones de músculos o huesos y convulsiones.

**Factores de riesgo:** Aunque las muertes cardíacas son raras, la incidencia aumenta con eventos de mayor distancia. Otros factores de riesgo de colapso incluyen enfermedades como enfermedades cardíacas, medicamentos, entrenamiento inadecuado, temperaturas más cálidas, aumento de la humedad, enfermedades concurrentes, ingesta excesiva de agua, ingesta inadecuada de agua, aumento de peso, un tiempo de carrera de más de 4 horas y bajo índice de masa corporal.

**Historia y síntomas:** Los síntomas de presentación del corredor caído varían según la causa subyacente del colapso. Además del colapso, los síntomas pueden incluir dolor de cabeza, mareos, debilidad, piel húmeda, frecuencia cardíaca rápida o lenta, estado mental alterado, convulsiones, escalofríos, disminución o dificultad para respirar, náuseas, calambres musculares, aturdimiento, picazón, urticaria, opresión en el pecho, dolor muscular e hinchazón.

**Examen físico:** El médico que cubre un evento de carrera realizará un examen físico para evaluar problemas que puedan atentar contra la vida, como cambios de consciencia, respiración, latidos del corazón, sangrado o huesos rotos. Luego, se pueden evaluar las condiciones médicas subyacentes. El médico se enfocará en los signos vitales, como la temperatura, la presión arterial, la frecuencia cardíaca y los niveles de oxígeno, así como en la frecuencia y los sonidos respiratorios, el estado de alerta, el equilibrio, el habla, la fuerza muscular y los reflejos.

**Proceso de diagnóstico:** Se pueden realizar análisis de sangre u orina para determinar los niveles de sodio y azúcar, la hidratación o la función renal. Es posible que se utilicen radiografías, resonancias magnéticas o ecografías para diagnosticar lesiones al ser trasladado al hospital. Se puede utilizar un electrocardiograma (ECG) en el caso de ritmos cardíacos anormales.

**Gestión de rehabilitación:** El manejo dependerá de la causa subyacente del colapso del corredor caído. Después de estabilizarlo, el atleta será trasladado al área médica para recibir tratamiento adicional y decidir si darlo de alta a su hogar o trasladarlo a un hospital para pruebas o tratamientos adicionales.

**Otros recursos para pacientes y familias:** Muchas carreras de larga distancia organizan exposiciones durante el recogido de los paquetes del evento, lo que brinda una buena oportunidad para que el personal médico informe a los atletas sobre estrategias preventivas para evitar problemas médicos graves. Los recursos en línea también están disponibles para el entrenamiento y la prevención de lesiones y enfermedades para atletas recreativos.

## Preguntas Frecuentes

### ¿Qué es la especialidad en Medicina Física y Rehabilitación?

La Medicina Física y Rehabilitación (MF&R), también conocida como Fisiatría, es una especialidad médica primaria que tiene como objetivo mejorar y restaurar la capacidad funcional, y mejorar la calidad de vida de las personas con lesiones, impedimentos físicos o discapacidades que afectan el cerebro, la médula espinal, los nervios, los huesos, articulaciones, ligamentos, músculos y tendones. Los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatras), evalúan y tratan todo el cuerpo, maximizan la independencia de los pacientes en su vida diaria y son expertos en el diseño de planes de tratamiento integrales y centrados en el paciente para capacitar a los pacientes logren sus metas. Al tener en cuenta todo el cuerpo, pueden identificar con precisión los problemas, disminuir el dolor, ayudar en la recuperación de lesiones devastadoras y maximizar los resultados y el rendimiento generales con opciones no quirúrgicas y peri-quirúrgicas. Para obtener más información, visite [www.aapmr.org/aboutpmr](http://www.aapmr.org/aboutpmr).

### ¿Que hace a los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatras) únicos?

La formación de los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación se centra no solo en el tratamiento de afecciones médicas, sino también en mejorar el rendimiento y la calidad de vida del paciente en el contexto de esas afecciones médicas. Se enfocan no solo en una parte del cuerpo, sino en el desarrollo de un programa integral para volver a unir las piezas de la vida de una persona, médica, social, emocional y vocacionalmente, después de una lesión o enfermedad. Los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación realizan y tratan diagnósticos médicos, diseñan un plan de tratamiento y prescriben las terapias que realizan los fisioterapeutas u otros terapeutas aliados o que realizan los propios pacientes. Al proporcionar un plan de tratamiento adecuado, los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación ayudan a los pacientes a mantenerse lo más activos posible a cualquier edad. Su amplia experiencia médica les permite tratar afecciones incapacitantes a lo largo de la vida de una persona.

### ¿Como localizo un médico especialista en Medicina Física y Rehabilitación cerca de mí?

Visite [www.aapmr.org/findapmrphysician](http://www.aapmr.org/findapmrphysician) o comuníquese con su médico de cuidado primario para obtener una referido.