

Presentación

Los Documentos de Consenso que la Sociedad Española de Medicina del Deporte (SEMED) viene publicando desde hace muchos años, se han manifestado desde su inicio como una herramienta imprescindible en el trabajo, no solo del Médico del Deporte, sino en el de todos los que rodean y ayudan a los deportistas. Así cada vez que un tema es novedoso o adquiere una envergadura que lleva al debate, y donde se precisa el acuerdo, SEMED se lanza al ruedo, reúne a los mejores expertos, consigue que cada uno aporte sus conocimientos y su experiencia para aclarar el tema y así conseguir un documento que refleje las evidencias que existen sobre cada uno de los asuntos y que deje claros los puntos donde esas evidencias no existen o, como muchas veces pasa, donde las evidencias muestran lo contrario de lo que se suele creer.

Este Documento de Consenso *“Suplementos nutricionales para el deportista. Ayudas ergogénicas en el deporte – 2019”* es muy importante porque el tema que se aborda lo es, y porque los expertos convocados lo son.

No solo el mundo de la actividad deportiva y el ejercicio físico está mediatizado por ideas contrapuestas sobre la alimentación, además el comportamiento de la sociedad en general y de los medios de comunicación en particular, marcan lo que podríamos llamar una “hipertrofia de la preocupación por la alimentación”, los impactos mediáticos han llevado a los ciudadanos en general a una actitud de enorme preocupación sobre lo que se come y a un ávido interés en todo tipo de noticias y de creencias, muchas veces contradictorias, sobre los alimentos.

El valor mágico de los alimentos es algo que ya la mente humana acuñó en la prehistoria y que se ha hecho actualmente omnipresente. En este intranquilo año 2019 no hay nada que comamos o pretendamos ingerir que no sea “bueno” o “malo”

(generalmente malo), y vemos como muchos valores religiosos que se van perdiendo, se trasladan a los alimentos con el mismo rigor, la misma esperanza de premio, el mismo arrepentimiento por el pecado y, desgraciadamente, con la misma intolerancia; con sus “ministros”, sus “sectas” y sus “herejías”.

Nos dice la Organización de Consumidores y Usuarios que el mercado de los suplementos alimenticios llega casi a los 1.000 millones de Euros solo en España y a más de 127.000 millones en el mundo. La posibilidad de hacer negocio en este ámbito de crecimiento vertiginoso, con la credulidad de la gente y la dificultad de los controles, lo convierte en campo abonado para el abuso en la confianza y la credulidad con obtención de grandes cantidades de dinero de forma fraudulenta.

En los deportistas la gran preocupación no es ya la económica, sino que el hecho de incluir en la composición de los productos, sustancias dopantes prohibidas, es una forma de aumentar las ventas engañando al consumidor y poniéndole en peligro de dopaje involuntario con el drama humano y profesional que un resultado adverso puede conllevar.

El estudio tan profundo de los niveles de evidencia, y las recomendaciones tan claras que el Consenso incorpora, lo van a convertir rápidamente en documento de referencia en este ámbito, no solo para los profesionales de apoyo, sino para los propios deportistas y para los ciudadanos en general.

Felicidades a SEMED por el resultado de su trabajo y ánimo para seguir difundiendo el conocimiento científico.

Jose Luis Terreros Blanco

Director de la Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEPSAD).