

## **USO Y ABUSO DEL IBUPROFENO**

Aliviar o quitar el dolor para poder competir o entrenarse sin impedimentos: he ahí la razón por la que los antiinflamatorios (AINE's) y el ibuprofeno especialmente son las píldoras más anheladas y consumidas por los deportistas, hasta el punto que el director del departamento médico de la FIFA se ha referido a ellos como *“nuestro problema más grande, más que el dopaje”*. Durante el Mundial de fútbol de Sudáfrica, al menos el 40% de los futbolistas tomó ibuprofeno antes de cada partido. Al no requerir receta están al alcance de todos y la tentación de tomarlos es muy grande, pero los riesgos de su consumo son elevados.

En el nº 28 de The Tactical Room, Loles Vives ahonda en este asunto con la colaboración de los doctores Carles Pedret y Adolfo Muñoz. En referencia a la responsabilidad ante los deportistas, este último manifiesta: *“Si además se alivia la molestia y te permite competir bien, es fácil habituarse a ello y caer en un abuso (...) Nuestra obligación es proporcionarles una información segura y veraz”*.

El doctor Pedret explica: *“La inflamación es imprescindible para iniciar la regeneración de una lesión muscular. ¿Qué pasa cuando realizamos un tratamiento mediante antiinflamatorios? Que atenuamos la fase de inflamación de tal manera que la fase de regeneración empezará más tarde y de manera más débil”*.

El informe se completa con varios prismas del uso y abuso del ibuprofeno y otros antiinflamatorios no esteroideos: en esfuerzos largos, tras lesión muscular, para tendones y ligamentos, así como sus posibles implicaciones en huesos. En el nº 28 de The Tactical Room puede leer íntegramente este informe: **ME DUELE, ¿TOMO IBUPROFENO?**

**Antonio J. de Paz Díaz**

**Grado Fisioterapia UEM Col. 029**

**Master ARD por COE**

**Profesor Titular CESUR**

**Fisioterapeuta RFEBs**