



## **NOTA DE PRENSA**

---

**Dirigido a: SR. REDACTOR JEFE / SR. JEFE SECCIÓN DE DEPORTES**

---

**Zaragoza, 8 de noviembre de 2023**

### **LA PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO FÍSICO UN ACTO MÉDICO**

La prescripción de ejercicio físico especialmente en pacientes con patologías crónicas, constituye la receta de ejercicio físico, tal como se realiza con los medicamentos, debiendo contener todos los elementos necesarios para la correcta ejecución del programa de ejercicio: tipo de ejercicio, intensidad, duración, frecuencia, número de repeticiones y de series, periodos de descanso, criterios de progresión, evolución, etc.

La prescripción en pacientes debe ser individualizada y precisa de un profundo conocimiento de la patología, de la fisiopatología del ejercicio y de las pruebas de valoración funcional para seleccionar de entre éstas, las más adecuadas en cada caso, teniendo en cuenta las contraindicaciones y precauciones para cada paciente.

Debe obedecer a una indicación establecida de acuerdo con la evidencia científica y clínica y debe formar parte del tratamiento global del paciente según la patología que presente, los tratamientos que siga (incluidos los farmacológicos), su situación funcional, los aspectos socioeconómicos, culturales y las preferencias del paciente, para que el programa se pueda mantener sin que lo abandone, para conseguir la adherencia, el disfrute y la seguridad de los participantes en el programa.

La evaluación periódica y el control evolutivo de la respuesta al programa de ejercicio son una parte esencial de la prescripción y del propio programa, por ello habrá que detectar y controlar aquellas circunstancias en las que el paciente no alcance los objetivos previstos inicialmente, aparezcan síntomas o signos de esfuerzo excesivo o de respuestas inadecuadas al ejercicio físico, a la posible descompensación de la situación clínica, o bien el rechazo del paciente al programa inicialmente propuesto.

Ejemplos recientes de la necesidad de la valoración y prescripción de ejercicio físico de calidad, son la prehabilitación quirúrgica y el Covid persistente, que vienen a sumarse a las patologías que habitualmente eran el objetivo de la prescripción, como las cardiovasculares, respiratorias, metabólicas, neurológicas, inmunológicas y oncológicas, entre otras.

Idealmente son los médicos especialistas en medicina del deporte los que deben prescribir el ejercicio físico en pacientes, ya que tienen los conocimientos y la formación para ello. En todo caso la prescripción de ejercicio físico es un acto médico por lo que la deben realizar los licenciados/graduados en Medicina. No se puede justificar el intrusismo de otros profesionales que no cuentan con la necesaria formación ni cualificación en la valoración integral de pacientes y mucho menos si no cuentan con formación sanitaria.

..!..

**PÁGINA WEB DE INTERNET:** <http://www.femede.es>

**Más INFORMACIÓN:** Sociedad Española de Medicina del Deporte. C/ Cánovas nº 7, bajo.  
50004 Zaragoza

Tel: 976 02 45 09. Correo electrónico: [femede@femede.es](mailto:femede@femede.es)

El resto de profesionales sanitarios tendrán un papel primordial, siempre bajo supervisión médica y los profesionales no sanitarios, como los educadores físico deportivos, tendrán un papel importante en el control y la ejecución de los programas prescritos por los médicos.

Desde la Sociedad Española de Medicina del Deporte (SEMED) creemos que es fundamental la información veraz a los ciudadanos, la formación a los médicos en prescripción de ejercicio físico y que los médicos especialistas en medicina del deporte ejerzan como consultores en aquellos casos complejos y como apoyo a otros compañeros médicos, especialmente de la asistencia primaria.

Sería un grave error que la prescripción de ejercicio físico como parte del tratamiento médico en las patologías crónicas sea realizada por personal no médico. Las administraciones públicas, universidades y otras instituciones deben velar para que bajo la denominación de "medicina del deporte", no se oferte formación y titulaciones a personal no médico, por ser un fraude de ley y un engaño que pueden provocar consecuencias negativas sobre la salud y la calidad de vida de los ciudadanos.

Junta de Gobierno  
Sociedad Española de Medicina del Deporte (SEMED)

**PÁGINA WEB DE INTERNET:** <http://www.femede.es>

**Más INFORMACIÓN:** Sociedad Española de Medicina del Deporte. C/ Cánovas nº 7, bajo.  
50004 Zaragoza

Tel: 976 02 45 09. Correo electrónico: femede@femede.es