

LOS OLIGOELEMENTOS EN MEDICINA DEPORTIVA

Dra. M.^a Magdalena Mejías Moreno

Resumen

Los oligoelementos son imprescindibles para el buen funcionamiento del organismo. En el deporte, el metabolismo aumenta hasta en un 2000 % por encima de lo normal por lo que en estos casos es aún más importante mantener un equilibrio adecuado de las concentraciones intracitoplasmáticas de oligoelementos. El selenio, por su papel antioxidante es necesario en todos los deportistas para minimizar los efectos nocivos del ejercicio intenso. Otros oligoelementos pueden resultar de utilidad en el tratamiento de esguinces, tendinitis, inflamaciones articulares, contracturas musculares o astenia entre otras situaciones. En ningún caso los oligoelementos interfieren con los controles de dopaje a los que son sometidos los deportistas.

Palabras clave

Medicina Deportiva; Oligoterapia.

M^a Magdalena Mejías Moreno, es médico (Universidad Complutense, 1988). Está Licenciada en Medicina Tradicional China (The Open International University For Complementary Medicines of Sri Lanka, 1992) y Diplomada en Homeopatía (Instituto Politécnico Homeopático de México, 2000). Es Presidenta de la Asociación Nacional de Elementos Traza (ANET), miembro de la Asociación de Médicos Acupuntores del Colegio de Madrid y de las Comisiones de Médicos Acupuntadores, Médicos Homeópatas y de Médicos Naturistas del Colegio de Médicos de Madrid. También pertenece a la Sociedad Española de Hidrología Médica, a la Sociedad Hahnemanniana Matritense.