



## Examen físico deportivo



### Descripción general

Este tipo de examen ayuda a saber si usted está lo suficientemente sano para hacer actividades físicas. A menudo son necesarios para los niños y adolescentes que quieren practicar deportes organizados. Este tipo de examen, también llamado exploración física pre-deportiva, suele ser válido por un año. Luego, deberá hacerse uno nuevo.

### ¿Por qué es necesario un examen físico deportivo?

¿Por qué es necesario este examen? Bueno, la práctica de deportes puede ser muy exigente físicamente. Queremos asegurarnos de que todos los miembros del equipo puedan jugar de manera segura. Un examen físico deportivo nos permite detectar problemas como enfermedades cardíacas o alteraciones del desarrollo. Nos da información sobre todas las lesiones que haya sufrido en el pasado. Además, nos ayuda a detectar problemas médicos de los que tal vez usted no tenga ni idea. Usamos esta información para ofrecerle un plan para mantenerse activo de una manera segura.

### ¿Qué ocurre durante el examen?

¿Qué sucede durante el examen? Medimos su estatura y su peso, y observamos su postura. Le medimos el pulso y la presión arterial, y escuchamos su corazón y sus pulmones. Evaluamos su visión. Examinamos sus oídos, su nariz y su garganta. Evaluamos cosas como la fuerza, la flexibilidad, los reflejos y la postura. Y en el caso de los varones, podemos examinar sus testículos y asegurarnos de que no tiene alguna hernia.

### Otros aspectos

También le hacemos preguntas sobre su historial de salud. Podemos preguntar sobre cosas como las alergias, el asma, las conmociones cerebrales y las fracturas óseas. ¿Toma algún medicamento? ¿Consume alcohol, nicotina u otras drogas? Si es mujer, podemos preguntarle sobre sus periodos menstruales. Algunas de estas preguntas pueden considerarse personales. Puede resultar embarazoso hablar de ellas. Pero es importante ser honesto para poder hacer una evaluación completa de su salud. Si desea más información sobre los exámenes físicos deportivos, hable con su médico.