

**ASESORÍA EXTERNA**

**10 de Agosto 2018**

**ASESORÍA LEGISLATIVA A SENADOR FELIPE KAST SOMMERHOFF**

**INFORMANTE: JAVIER DE IRUARRIZAGA ARANEDA**

**AGOSTO 2018**

## DEPORTISTAS TRASPLANTADOS, UNA ASIGNATURA PENDIENTE

Uno de los muchos mitos que circulan en torno al trasplante de órganos, materia a la que Chile recién empieza a considerar de forma más seria, es que las personas que lo han experimentado no pueden llevar una vida normal, o incorporar en sus actividades cotidianas la práctica deportiva. Existe la idea generalizada de que puede representar riesgos para el órgano trasplantado, o que el rendimiento físico se ve disminuido después de una operación de este tipo. Sin embargo, la realidad es diametralmente opuesta. Para los trasplantados el deporte eleva el rendimiento de las condiciones físicas en general: ayuda a mantener el peso, mejora la resistencia aeróbica, favorece la metabolización de los medicamentos, compensa los efectos adversos de algunos medicamentos y fortalece la autoestima<sup>1</sup>.

Por lo mismo es que no resulta extraño que una persona trasplantada incluso pueda llegar a ser un deportista de alto rendimiento. Así lo probó un pequeño grupo de siete chilenos que el año pasado concurren a Málaga, España, a participar del XXI versión de los Juegos Mundiales de Trasplantados, con prometedores resultados. Volvieron a nuestro país con seis medallas: Cuatro de bronce, una de plata y una de oro<sup>2</sup>.

Organizados por la World Transplant Games Federation y reconocidos por el Comité Olímpico Internacional, los mundiales reúnen a atletas trasplantados procedentes de 52 países diferentes. Son quince las modalidades deportivas: atletismo, bádminton, baloncesto, bolos, ciclismo, dardos, golf, kayak, natación, pádel, petanca, squash, tenis, tenis de mesa y voleibol. Para formar parte de ellos existen algunos requisitos mínimos: es imprescindible estar trasplantado de riñón, hígado, corazón, pulmón, páncreas, médula ósea o sangre de cordón umbilical desde hace más de un año. Y además se requiere de una autorización médica por escrito y firmada para competir por parte de la unidad de trasplantes<sup>3</sup>.

Los primeros “Juegos de Trasplantados” se realizaron en 1978, en Portsmouth (Reino Unido) con cerca de 99 competidores de Reino Unido, Francia, Alemania, Grecia y Estados Unidos. Hoy ya reúnen a más de 2.200 deportistas y se efectúan tanto en modalidad de verano como en invierno. De manera intercalada, los de verano e invierno se realizan cada dos años. El evento toma fuerza y los países se involucran cada vez más en su promoción y funcionamiento.

---

<sup>1</sup> TransWorld: The Journal of the World Transplant Games Federation, 2012: [https://wtgf.org/wp-content/uploads/2016/08/TW\\_12\\_2\\_complete\\_\\_2\\_.pdf](https://wtgf.org/wp-content/uploads/2016/08/TW_12_2_complete__2_.pdf)

<sup>2</sup> <https://deporteytrasplanteespana.com/deportes/xxi-juegos-mundiales-de-trasplantados-malaga-2017/>

<sup>3</sup> <https://wtgf.org/>

## **Objetivo**

Los motivos son múltiples. Por un lado, está la oportunidad de entregarles a los deportistas que han recibido un órgano la oportunidad de desarrollarse y competir, además de ser fundamental para incentivar la donación de órganos, que en muchos países como Chile es baja principalmente por el desconocimiento de la población y la falta de educación existente al respecto. Por lo mismo es mucha la importancia de divulgar la donación y trasplante de órganos, y para ello se hace necesario buscar métodos efectivos para su éxito. Según los expertos, no hay mejor ejemplo para el proceso de donación y trasplante que ver pacientes que han recibido un órgano y retoman su vida con ilusión.

Además, el deporte es elemental para un sano desarrollo del individuo trasplantado.

De hecho, los médicos recomiendan a sus pacientes que realicen algún tipo de actividad física, incluidos a aquellos que acaban de ser trasplantados. Y es que la actividad física juega un rol clave atenuando -e incluso revirtiendo- el proceso degenerativo de los músculos antes y después del trasplante. Evidencia muestra que el entrenamiento físico es posible, seguro y efectivo durante todo el proceso desde que falla el órgano hasta que es trasplantado, y a futuro ilimitadamente. El reacondicionamiento físico ideal comienza antes del trasplante y continúa en el corto plazo tras el trasplante e indefinidamente a partir de ello.

Un estilo de vida activo post trasplante no sólo permite restaurar la capacidad física, sino que también contribuye a prevenir enfermedades altamente prevalentes en la población trasplantada como son la obesidad, la diabetes, enfermedades cardiovasculares, osteoporosis y fatiga crónica, entre otras. Además, la actividad física regular ayuda al bienestar psicológico del trasplantado aportando a una mejor calidad de vida, honrando el regalo que entregó el donante al mantener su órgano en condiciones saludables<sup>4</sup>.

Nancy Yomayusa, nefróloga y jefa del Departamento de Medicina Interna de la Organización Sanitas Internacional, cree que falta visibilizar más las grandes ventajas que tiene la práctica deportiva en las personas trasplantadas: “el ejercicio mejora los estados de inmunidad y la capacidad de respuesta ante las infecciones y la función renal, entre otros beneficios”.

Y explica que “se trata de un trabajo en equipo entre el médico y el paciente”. “De esa forma se puede cumplir la meta de poder ser útiles, poder competir, motivar a la gente que hacía deportes antes del trasplante y pensaba que no podía seguir entrenando después de la operación”. La única recomendación es evitar los deportes de contacto, porque se corre el riesgo de lesionar el órgano trasplantado: lucha, karate, rugby, baloncesto o fútbol están contraindicados<sup>5</sup>.

---

<sup>4</sup> Transplant World – Journal 1, 2018

<sup>5</sup> <https://bienestarcolsanitas.com/articulo/deportistas-trasplantados>

Según expertos españoles, país líder en trasplantes a nivel mundial, en el caso del grupo de trasplantados más recientes, el **deporte puede aumentar su esperanza de vida más de 15 años** (considerando pacientes de 40 años) y su salud se ve mejorada un 30 por ciento más si realizan una actividad deportiva de manera frecuente<sup>6</sup>.

### Caso de Chile

En nuestro país existen alrededor de siete mil personas trasplantadas. Si hiciéramos el ejercicio de contar cuantas de ellas pueden hacer deporte y cuántas además lo pueden hacer competitivamente, posiblemente no bajaríamos de las quinientas personas. Sin embargo, nuestro país no cuenta con ninguna herramienta de promoción o apoyo hacia estos pacientes, ni existe la conciencia suficiente para darse cuenta que mediante la actividad física y su promoción salen beneficiados trasplantados y el sistema en general al concientizar a la población. Afortunadamente, ha sido los propios pacientes los que han comenzado a agruparse por su cuenta, de forma incipiente y como respuesta al crecimiento en la competencia deportiva internacional. Y aunque son pocos y se auto sustentan, han tenido buenos resultados.

El año pasado fueron siete los que concurren a los juegos mundiales representando a nuestro país: **Rolando Silva** (39 años, trasplantado hepático) que obtuvo el bronce por su participación en jabalina, anteriormente participó en los Juegos de Trasplantados de Argentina, desde donde regresó con 5 medallas (cuatro de ellas de oro); **Francisco Guerrero** (69 años, trasplantado de corazón) quien compitió en ciclismo; **Rodrigo Díaz** (49 años, trasplantado renal) quien representó a Chile en atletismo; **Luis Díaz** (31 años, trasplantado renal) en natación y pruebas de pista; **Cristina Ramírez** (51 años, trasplantada hepática) obtuvo bronce en salto largo, plata en jabalina y oro en lanzamiento de bala; además de los debutantes en el equipo, **Natalia Rivera** (38 años, trasplantada de riñón) y **Cristian Müller** (53 años, trasplantado de pulmón) que se trajo un bronce en el salto alto.

En Chile, pese a los malos indicadores en donaciones y la falta de promoción al respecto, existe conocimiento de esta realidad. La ex Ministra de Salud, Carmen Castillo, recibió a los deportistas antes de los Juegos Mundiales, y señaló que “se ha estudiado que en aquellos países en que los trasplantados practican activamente actividades deportivas y de competencia, las donaciones de órganos tienen un incremento que puede alcanzar sobre un 30% de lo que se obtenía previo a estos desempeños deportivos”.

Por lo mismo es reprochable que a nivel de políticas públicas esta temática haya sido altamente ignorada. Es hora de hacer evidente el hecho de que el entrenamiento físico como parte de la rutina de los pacientes **no sólo mejora la calidad de vida del directamente afectado, además de ser una efectiva herramienta de concientización, sino que además resulta ser una efectiva estrategia para el sistema que lo rodea, pues un trasplantado que**

---

<sup>6</sup> <http://www.alcer-caceres.org/noticias/la-esperanza-de-vida-de-los-trasplantados-que-hacen-deporte-aumenta-15-anos/>

**realiza actividad física, reduce su estadía hospitalaria significativamente,** según han comprobado los países más avanzados en la materia.

Por lo mismo es que son muchos los motivos que justifican la promoción de esta actividad. Apoyar a unos deportistas que van a competir en juegos de estas características se transforma en una plataforma de múltiples beneficios: Reúne a sujetos que padecen circunstancias similares en una recuperación que resulta más posible en conjunto que individualmente; concientiza a la población sobre la necesidad de la donación de órganos para trasplante; y sirve de ejemplo de recuperación psíco-física que experimenta una persona trasplantada al practicar una actividad deportiva, la cual médicamente se recomienda como terapia rehabilitadora fundamental.

La delegación inglesa llevó el año pasado a los Juegos Mundiales a más de 300 deportistas. Los españoles fueron alrededor de cien, similar a la cifra de los representantes argentinos, que sobrepasaron a los 70 participantes. Todos ellos, países con altas tasas de donaciones y conciencia al respecto. En cambio, naciones como Brasil, Paraguay y Chile, no llevaron a más de 10, y otros incluso jamás han participado. Estos últimos explican su baja presencia en la carencia de promoción e incentivo de sus autoridades locales, y si han estado presentes ha sido únicamente por el esfuerzo de privados con ganas de representar a su país para hacer visible su realidad.

Ese es el caso de Chile. Con una de las tasas más bajas de donación de órganos en Latinoamérica no es de extrañar que nuestra representación fuera baja. Las políticas públicas de concientización y educación de la población brillan por su ausencia y se reflejan en que el 50% de las familias rechazan la donación de órganos de sus deudos<sup>7</sup>. Esta negativa responde al desconocimiento que tiene la población al respecto y coincide con los indicadores de los países rezagados en la materia, muy lejos de cifras como el 15% que ostenta Uruguay, país que ha invertido en educación y promoción de la donación.

Por lo mismo es que el deporte en trasplantados representa una oportunidad ideal para atender esta asignatura pendiente. La Organización de Deportistas Trasplantados de Chile entendió eso y está en busca de apoyo para poder viajar a las distintas competencias a nivel regional y mundial. Sus solicitudes han sido mínimas y lo más que se les ha entregado es indumentaria.

Sin embargo, nos preguntamos si no vale la pena acogerla y darle un apoyo sostenido y un acompañamiento integral. Lo que se logra promoviendo estos grupos es publicitar que la donación de órganos es crucial para salvar vidas, y que todos los participantes en las distintas competencias estarían muertos de no ser por la generosidad de los donantes. Así mismo es una instancia de gratitud y un reconocimiento a las familias de quienes muriendo permitieron a otro tener una nueva oportunidad.

---

<sup>7</sup> <http://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2017/07/VC-Pediatria-Donacion-de-Organos.pdf>

Por lo mismo es también una instancia única para promover la donación de órganos. Darles notoriedad a estas historias de superación incide directamente en la recepción que la población tiene de una realidad desplazada. Es necesario bajar el rechazo a la hora de preguntar a los familiares. ¿Cómo? Educando con herramientas como esta sobre la conveniencia de donar y borrando los mitos que empañan un proceso que salva miles de vidas año a año.

Además, se provee de una oportunidad a los trasplantados para ponerse en contacto con sus pares que han pasado por lo mismo que ellos, compartiendo experiencias, generando lazos y una instancia para celebrar en conjunto la suerte de contar con una segunda oportunidad de vivir.

### **¿Qué hacer?**

Ejemplos para imitar hay bastantes. En el caso de Colombia se ha creado la Asociación Colombiana de Deportistas Trasplantados (ACODET), organismo independiente y privado sin ánimo de lucro, que busca promover, fomentar, apoyar, asesorar, patrocinar, comercializar y velar por la adecuada práctica de las diferentes disciplinas deportivas en la comunidad de personas con trasplante y su desarrollo a través de organismos deportivos, instituciones educativas y empresas en Colombia, así como la promoción y fomento de la recreación y la actividad física en todo el territorio<sup>8</sup>.

Si bien es independiente, colabora con el Estado en la formulación y adopción de políticas y medidas que procuren el fomento deportivo y económico para conseguir los recursos que el deporte en personas trasplantadas necesita para cumplir con sus objetivos. Para esto tiene respaldo del ministerio de deporte y de salud, los que les ha permitido crecer de manera notable en los últimos años.

Similar es el funcionamiento de ADETRA, Asociación de Deportistas Trasplantados de la República Argentina, donde al igual que la organización colombiana busca apoyar desde todo punto de vista a estos deportistas, estableciendo relaciones institucionales con todos los Organismos Nacionales y extranjeros, oficiales y privadas, dedicados al deporte en todas sus manifestaciones con la finalidad de difundir la esencia de la práctica de algún deporte por parte de atletas trasplantados. Para ello cuenta con el apoyo expreso del Ministerio de Salud y de la Secretaría de Deportes de la Nación, que, en su programa nacional de deporte y salud, tiene un lugar para el desarrollo de la actividad física de los trasplantados, buscando específicamente mejorar la calidad de vida de esas personas<sup>9</sup>. Esta asociación cuenta con casi 300 miembros activos.

La Asociación Deporte&Trasplante España cumple los mismos objetivos. Apoyada por la Coordinadora de Trasplantes y la Organización Nacional de Trasplantes -la con mejores

---

<sup>8</sup> <http://acodet.org/noticias-deporte-trasplante-colombia/>

<sup>9</sup> <http://www.adetra.org.ar/historia-de-la-asociacion/>

cifras del mundo- y otras entidades privadas, esta asociación que reúne a casi 400 deportistas, organiza no sólo a la comunidad trasplantada en torno al deporte, sino que además planifica Juegos Nacionales cada año en los cuales van surgiendo nuevos adherentes.

Por ahora la incipiente comunidad chilena reúne a 7 deportistas representantes. Sólo les falta apoyo. Con las desastrosas cifras de donación de órganos del presente año se torna necesario tomar iniciativas como esta para involucrar a la comunidad trasplantada y hacer público su problema. El mensaje es potente: Sin donaciones estos representantes del país no estarían vivos. Hay que derribar mitos que están instalados como verdades y hacer patente que con un donante se pueden salvar hasta diez vidas. Eso sólo se puede instalar en la opinión pública si se buscan estrategias efectivas, como esta, ya probada en muchos países.

Además, mediante la promoción del deporte en trasplantados se mejora la calidad de vida de los mismos afectados, se amplía su expectativa de vida, se descongestiona el sistema hospitalario, se hace honor al donante del órgano al mantenerlo saludable y permite la mejor publicidad posible a esta realidad que en Chile tiene mucho en deuda. Por eso es necesario facilitar el diálogo entre los primeros exponentes privados y los ministerios que deben hacer algo al respecto. Lo principal es dar visibilidad a estas personas que agradecidas de la vida quieren mediante su ejemplo, posibilitar que otros sean receptores de una segunda posibilidad.