

# Atención podológica en la 26 edición del maratón popular de Madrid (MAPOMA)

**Ángel González de la Rubia Heredia**

Responsable del Área Podológica del MAPOMA

Correspondencia:

Ángel González de la Rubia Heredia

Centro Terapéutico del Pie SXXI

Rafael Calvo 22, bajo izda

28010 Madrid

## Resumen

En la presente edición del maratón popular de Madrid (MAPOMA) participaron un total de 13.000 corredores (Figura 1), situando a este maratón dentro de los más importantes del mundo.

El MAPOMA destaca por la calidad de su asistencia sanitaria, colocando a más de 500 profesionales de la salud dentro del dispositivo asistencial, para dar cobertura sanitaria a más de 2.000 corredores tanto en meta como en los distintos puntos kilométricos del recorrido.

**Palabras clave:** Maratón. Corredores. Asistencia sanitaria.

## Introducción

Un año más el colectivo de podólogos ha estado presente en el maratón popular de Madrid (MAPOMA) (Figuras 2-7), dentro del dispositivo médico-sanitario, que la organización pone al servicio de los corredores participantes (Figura 8 y Tabla 1). En la pasada edición tomaron la salida 13.000 corredores, situando al mapoma dentro del grupo de los grandes maratones del mundo y ello es gracias no sólo al número de participantes, sino sobre todo por la calidad de su asistencia sanitaria, más de 500 profesionales de la salud.

Los días previos a la Maratón Popular de Madrid son especialmente estresantes, no sólo para los verdaderos protagonistas del evento, que son los corredores, sino también para los organizadores

## Summary

13000 runners participated in the "Maratón Popular de Madrid" (mapoma) last edition, this marathon is considered as one of the most important in the worlds. The quality of the medical assistance in mapoma is the main characteristic.

More than health specialist worked in order to provide sanitary coverage for more than 2.000 runners in several kilometres points and at goal.

**Key words:** Marathon. Runners. Medical assistance.

y dentro del segundo grupo nos encontramos los profesionales del área de sanidad, que año tras año aportamos nuestro granito de arena para que cada último domingo de abril, Madrid sea una fiesta y no haya que contar con desgracias personales más allá de las inevitables desdichas y problemas derivados de las condiciones y características propias del maratón.

## Equipo multidisciplinar

Si bien cada año luchamos por conseguir que todo salga redondo, no podemos evitar los nervios del día previo y la noche del 26 de Abril prácticamente no dormimos. Hay que supervisar el material médico y su traslado, la distribución del



Figura 1. Salida de la Maratón Popular de Madrid



Figura 2. Área podológica del MAPOMA



Figura 3. Paciente atendido en el área podológica del MAPOMA



Figura 4. Paciente atendido en el área podológica del MAPOMA



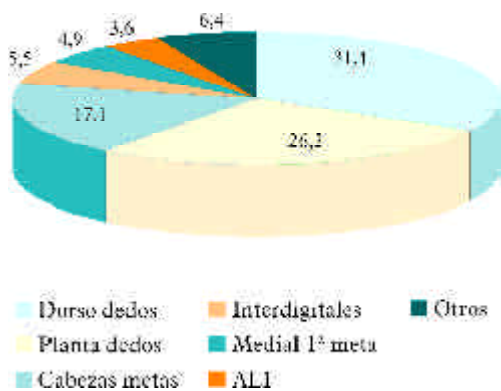
Figura 5. Ampolla tratada en el área podológica del MAPOMA

personal voluntario en meta y a lo largo de la carrera, el estado y disposición de las tiendas de campaña del ejército, que harán las veces de improvisadas salas de curas, masaje, gabinetes de podología, sala de reanimación e incluso gabinete psicológico.

Las mesas dónde comen los paracaidistas se convierten en robustas camas dónde recibirán atención sanitaria más de 2.000 corredores. Bisturís, esparadrapo, vendas, gasas, antisépticos, jeringas y agujas, linimentos, aceites para favorecer el masaje, hielo, sueros, pastillas, medicación de ur-

gencia, oxígeno, vías de evacuación, ambulancias... y sobre todo un equipo de personas anónimas entre las que se encuentran médicos, fisioterapeutas, enfermeros, podólogos, farmacéuticos, biólogos y psicólogos, que juntos y de manera ab-

**Figura 6. Localización de las ampollas tratadas en el área podológica del MAPOMA**



solutamente multidisciplinar forman una piña en torno al verdadero protagonista del evento, el corredor, contagiados por la emoción de asistir a un gran y saludable espectáculo y siempre con los ojos bien abiertos para que nada se escape del guión.

Las conjeturas suelen repetirse cada año, ¿lloverá o no lloverá?, ¿hará calor o frío?, ¿seremos capaces de asumir el nuevo record de inscripciones?, ¿funcionará esta nueva distribución?, ¿habrá material suficiente para todos?, ¿has tenido en cuenta esto y aquello?...

### Organización

Este año recorrimos a las 2 de la mañana el paseo del Prado comprobando que todo estaba en orden y nos acostamos con la tranquilidad de tener todos los deberes hechos, de tenerlo todo mas o menos controlado. Pero hay algo que se escapa a nuestro control y ese algo es la meteorología, bastante caprichosa en la fecha de nuestro maratón. Si hace frío malo, si hace calor peor, si hace bochorno o llueve... ¡desastre!. El bochorno, calor y humedad, constituye una mezcla explosiva al formar una película de sudor sobre la piel del corredor y no facilitar la necesaria evaporación del mismo, mecanismo indispensable para perder calor, si no perdemos calor nos calentamos y si nos calentamos en exceso y no nos hidratamos convenientemente, empezaran a aparecer problemas de tipo médico, desde banales, vómitos y calambres musculares, hasta verdaderos golpes de calor, convulsiones y el temido estado de shock.

A las seis de la mañana del domingo 27 nos veíamos nuevamente las caras para dar un último repaso, una especie de briefing improvisado sobre el propio campo de batalla, dónde tres horas y media después cerca de veintiséis mil pies tomarán literalmente las calles de Madrid.

Nos acostamos con nubes sospechosas y amane-



*Figura 7. Clasificación de las lesiones podológicas tratadas en el área podológica del MAPOMA*



*Figura 8. Tienda asistencial del MAPOMA*

**Tabla 1. Dispositivo sanitario**

Médicos	80
Fisioterapeutas	250
Podólogos	90
Psicólogos	25
Enfermeros	100
<b>Total</b>	<b>545</b>

cidos con un día despejado que hacia presagiar una jornada caliente como así fue. Calor, mucho calor que pasó factura y favoreció el abandono de cerca de 4.000 corredores.

Calambres, cronos alejados de las previsiones, vómitos, golpes de calor, ampollas, contracturas, lloros y maldiciones que mostraban la otra cara de la moneda.

Pero sería injusto resumir la jornada de la maratón con este análisis pesimista, ya que la otra cara, la más grande fue la que componían los otros 8.000 corredores que llegaron a meta, que también sufrieron, pero disfrutaron del premio de ver realizado su sueño, para muchos por primera vez, otros se conformaron en acompañar durante algunos kilómetros a algún compañero, esta vez las lesiones o tal vez el estado de forma no daban para más, pero nadie se quiso perder la fiesta.

Siempre existirán fallos, siempre habrá alguna crítica, siempre faltara de algo, pero de lo que podéis estar seguros es que año tras año los miembros del área de sanidad del mapoma ponemos todo nuestro esfuerzo y cariño en que al menos no os falte nuestra atención (Tabla 2). Para Jesús Torres, director médico del mapoma, el maratón no termina cuando el último corredor atraviesa la línea de meta, por la tarde será fácil verle visitando a corredores por la sala de observación de algún hospital de Madrid, para el doctor Torres y en general para todos los que formamos parte de la organización del mapoma, el maratón finaliza al recibir el alta médica el último corredor, que afortunadamente y en buena medida gracias a los cuidados de su equipo médico, no acabaran en tragedia.

Sería injusto obviar la atención del SAMUR cuya presencia con sus espectaculares UVIS móviles, representan un verdadero y nunca mejor dicho, seguro de vida.

No puedo evitar la emoción que cada año me transmiten con su entusiasmo los estudiantes de enfermería, fisioterapia y podología que salen de la tienda en busca de algún corredor despistado para ofrecerle su atención, ellos también son protagonistas de la fiesta y por ellos también merece la pena nuestro esfuerzo y dedicación.

Ojalá el año próximo la cara grande de la moneda sea todavía más grande, en cuanto a número de corredores que conquisten la meta, pero para nosotros los de la otra cara, los que se quedan por el camino sin el premio de la gloria, son igual de

importantes y gozarán siempre de nuestra atención y reconocimiento como el primero.

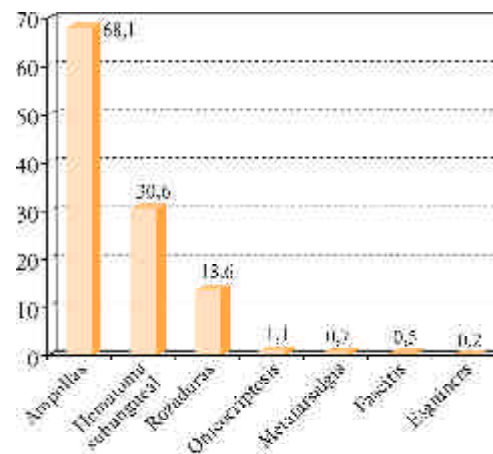
El día después todos nos felicitamos y celebramos que un año más no hay ninguna desgracia que contabilizar (Figura 9), el 26 maratón popular de Madrid ha terminado, unos merecidos días de descanso y ... ¡a por el 27!

No quisiera terminar este artículo sin mencionar a nuestra colega y atleta Beatriz Ros, que con un crono de 2 horas y 30 minutos en la pasada Maratón de Sevilla, logró plaza para el campeonato del mundo celebrado en Paris el pasado mes de agosto, dónde con un crono de 02:29 cruzó la línea de meta en la decimotercera posición, siendo la primera española de las tres que participaron en dicho campeonato.

**Tabla 2. Corredores atendidos en meta por sanidad**

Fisioterapia	1.480
Podología	527
Observación médica	67
SAMUR	26
<b>Total</b>	<b>2.100</b>
Porcentaje de corredores atendidos en meta	26%
Porcentaje de abandonos	33%
No están incluidos los corredores atendidos en los puntos kilométricos intermedios	

**Figura 9. Estadística lesional del MAPOMA**



## Bibliografía recomendada

- Baxter D. *The foot and ankle in sport*. Ed. Baxter.  
*Biomecánica de la marcha humana normal y patológica*.  
 Instituto Biomecánico de Valencia.
- Guía de zapatillas deportivas*. Grupo Arthax.
- Guillén M. *Podología deportiva*.
- Hernán Silván. *Manual de lesiones del corredor*. Grupo Arthax.
- López Chicharro J, Fernández Vaquero A. *Fisiología del ejercicio*. Ed. Panamericana.
- Manual de medicina deportiva*. Comisión médica del COI.
- Moreno de la Fuente JL. *Podología general y biomecánica*. Ed. Masson.
- Núñez Samper M, Llanos Alcázar LF. *Biomecánica, medicina y cirugía del pie*. Ed. Masson.
- Patología del tobillo y pie del deportista*. Anales ANAMEDE, 97.
- Rnowski R, Chanussot JC. *Traumatología del deporte*. Ed. Masson.
- Rodrigo C, Miralles Marrero. *Biomecánica clínica del aparato locomotor*. Ed. Masson.
- Artículos revista Corricolari:
- Art. N°198. Mayo de 2003. Dolor de pies.
  - Art. N°197. Abril de 2003. Enfermedades de las uñas.
  - Art. N°196. Marzo de 2003. Talalgias.
  - Art. N°195. Febrero de 2003. Metatarsalgia.
  - Art. N°194. Enero de 2003. Lesiones podológicas del corredor de maratón.
  - Art. N°192. Noviembre de 2002. Biomecánica del pie en la carrera.
  - Art. N°190. Septiembre de 2002. ¿Pronador o supinador?
  - Art. N°188. Junio de 2002. Consejos podológicos.