

CICLO DE ENTREVISTAS DE FIN DE SEMANA

**ROBERTO PEIDRO**

# “La pandemia generará un nuevo escenario social”

Por Marcela Listorti (Periodista de la Secretaría de Comunicación Social)



El doctor Roberto Peidro fue una figura de leyenda en los viejos tiempos del fútbol del ascenso. Muchos hinchas de El Porvenir todavía recuerdan sus hazañas -atajó ocho penales en el equipo de Gerli- y dicen que fue un arquero total, con reflejos increíbles.

Cuentan también que era respetado por jugadores e hinchadas rivales. Un auténtico caballero de las canchas, reconocido en 1977 como el jugador más correcto de la Primera B.

Mientras jugaba al fútbol estudió y se recibió de médico cardiólogo. Una vez en 1981, cuando era arquero de Deportivo Morón, asistió a un espectador que había sufrido un infarto en pleno partido.

Nacido y criado en Villa de los Industriales, Roberto es un ejemplo de trabajo, esfuerzo y perseverancia. Y un orgullo para toda la gente de Lanús.

Hoy es el director del Instituto de Ciencias del Deporte de la Universidad Favaloro. También fue director médico de los Juegos Olímpicos de la Juventud, celebrados en la ciudad de Buenos Aires en 2018.

En estos días marcados por la incertidumbre y la preocupación que genera la pandemia del coronavirus Covid-19, consultamos su visión profesional.

**LM: Como profesional de la medicina de reconocida y extensa trayectoria, ¿Qué efectos sobre la salud y consecuencias sociales, considera que derivarán de esta pandemia, en un contexto de cuasi refundación colectiva?**

RP: “El virus SARS Cov 2 tiene un nivel de contagiosidad superior a otros, con consecuencias no del todo conocidas. Llevamos apenas siete meses de vínculo con el coronavirus, cuando sabemos que lograr un especialista médico en un tema, requiere unas 10.000 horas de investigación y trabajo. Por esta razón, las opiniones médicas no se sustentan en una experiencia profunda, y aún mis respuestas, están lejos de ser verdades absolutas.

La adopción de políticas de miedo y pánico no me parecen adecuadas. Si bien en muchas personas surgió la solidaridad, en otras se manifestó la discriminación o el ataque al personal de salud.

Estas conductas repercutirán inevitablemente en aspectos sanitarios y sociales post aislamiento.

Algunas acciones positivas serán el lavado de manos -que sabemos desde hace más de 150 años que salva vidas-, evitar toser y estornudar frente a otras personas y el uso de barbijos.

La vacunación masiva ganará consenso en detrimento de aquellas comunidades “antivacunas”, verdaderos asesinos de la salud pública, que a partir de teorías conspirativas, exponen a sus propios hijos a enfermedades y contagios.

Asimismo el saludo estrecho con besos o abrazos y las reuniones multitudinarias en espacios cerrados, serán costumbres que tardarán en volver y generarán un nuevo escenario social y cambios de conductas con vistas a la nueva normalidad”.



**LM: A esta altura ¿cómo incide en la salud de nuestro corazón una cuarentena tan prolongada, abstraídos en la prevención del virus, con una vida más sedentaria y alimentación inadecuada?**

RP: “Desde el inicio del aislamiento me preocupa la falta de atención de enfermedades aún más graves que la infección por coronavirus. Disminuyeron las consultas cardiológicas, oncológicas y neurológicas, que pueden significar la diferencia entre la vida y la muerte. Pacientes con dolores de pecho, elevada presión arterial, molestias abdominales o lesiones de piel, evitaron consultas por pánico a un contagio. También disminuyeron las cirugías y procedimientos endovasculares. Toda esta situación lleva a reflexionar a entidades científicas sobre la probabilidad de aumento en la mortalidad por otras patologías.

El sedentarismo, las manifestaciones emocionales, el aumento de peso, la comida menos saludable, son condiciones que llevan a menor control de la hipertensión arterial, alteraciones del colesterol e incrementos en la glucemia en los pacientes diabéticos. Todos factores de riesgo para el desarrollo de enfermedades cardiovasculares”.

**LM: A modo de apunte o guía saludable, ¿qué aspectos fundamentales de autocuidado deberíamos practicar?**

RP: “Tratar de realizar actividades físicas cotidianas, como caminar dentro de la casa, subir y bajar escaleras, ejercicios de fuerza muscular adecuadas a cada persona, elongaciones y movimientos articulares. Lo recomendable es hacerlos a diario de 30 a 60 minutos.

También es importante cuidar la alimentación. Evitar “picar” entre comidas, aunque resulte difícil cuando se está aburrido o ansioso por el aislamiento.

Buscar actividades que nos mantengan ocupados y saludables mentalmente como reuniones virtuales, cursos, películas, libros y consultar siempre ante síntomas sospechosos de algún problema cardíaco: dolor en el pecho, falta de aire, disminución de fuerzas en brazos o piernas, alteraciones en el lenguaje, palpitaciones.

Es importante continuar con los tratamientos y controles habituales. El aislamiento es un generador de ansiedad, angustia, depresión y reacciones de ira y hostilidad, que configuran el temido “estrés mental” y deriva en enfermedades orgánicas y alteraciones severas de la calidad de vida. La consulta precoz a profesionales del área mental, es muy importante y no debe obviarse”.

**LM: Desde su rol de docente ¿Cuáles son los desafíos que enfrenta hoy al transmitir conocimientos y experiencias a las nuevas generaciones de profesionales de la medicina?**

RP: “El concepto de docente cambió en los últimos años. Educar no sólo es transmitir conocimientos, sino crear las condiciones para que el alumno pueda construir su saber. El profesor debe estar convencido que tiene un papel clave para el desarrollo del alumno, transmitir la afición por el estudio e incentivar la investigación y la crítica hacia los conocimientos previos con la finalidad de crecer.

El doctor René Favalaro decía que quería ser recordado como maestro, más que como cardiocirujano. Y a mi entender, lo logró. Muchos de sus discípulos tenemos el gran desafío de actualizarnos, no sólo en la especialidad de cada uno, sino en las técnicas de enseñanza.

Estoy convencido de que la pobreza o riqueza de las naciones dependen de la calidad de la educación superior de sus habitantes. Sería brillante que la población general pudiera cuestionar las informaciones masivas recibidas, a partir de una mínima investigación y lectura”.

**LM: ¿Cuál es el papel y la importancia en la neurociencia en el deporte?**

RP: “Las neurociencias hoy son muy importantes tanto en los aspectos motores del deporte -movimientos, contracciones musculares y respuestas rápidas ante los estímulos-, como también en lo vinculado a la actitud mental. Ese conocimiento ayuda a desarrollar entrenamientos específicos y mejorar la calidad de vida del deportista. La ansiedad, angustia o depresión, pueden transformarse para alcanzar bienestar, y las neurociencias colaboran mucho en ese sentido, siempre con el objetivo de formar deportistas con actitud positiva y felices desarrollando su actividad, más allá del resultado deportivo”.



**LM: Recientemente se reavivó la polémica sobre un eventual regreso del fútbol. ¿Cuál es su opinión, cree que están dadas en nuestro medio las condiciones para reiniciar alguna forma de actividad, aún con protocolos similares a los implementados en Europa?**

RP: “La vuelta al fútbol va a demandar protocolos especiales. Lo primero a considerar será el estado físico de los futbolistas. La inactividad lleva a deterioros en la función muscular y provoca retrocesos en la potencia aeróbica y la respuesta cardiovascular. Aunque muchos hayan podido realizar actividades físicas en su hogar, la situación en la cancha es otra. La preparación previa para comenzar competencias, no puede ser menor a las seis u ocho semanas.

Se debería evaluar a los futbolistas con interrogatorios sobre su estado de salud e incluir, en la medida de lo posible, hisopados con investigación de la presencia de virus (PCR).

No es sencillo aplicar los mismos protocolos en la mayor parte de los clubes argentinos.

A mi entender, los entrenamientos deberían comenzar cuanto antes. Los clubes de primera división no tendrían inconvenientes en adaptarse, y así podrían estar en condiciones de competir en septiembre u octubre”.

**LM: ¿Sigue vinculado hoy al fútbol como profesional de la medicina o como aficionado? Teniendo en cuenta que es un deporte que lo ha marcado en su formación y brindó un gran reconocimiento popular.**

RP: “Soy cardiólogo del Instituto de Medicina del Deporte de Futbolistas Argentinos Agremiados y allí veo muchísimos futbolistas. No estoy trabajando en un club específico, aunque soy consultor en varios de ellos. También en la Sala Salud de Lanús, recibo a jugadores y directores técnicos para hacer sus evaluaciones y consultas. Ricardo Bochini, un amigo del fútbol, provoca una “revolución” cuando viene a visitarme.

Por supuesto, sigo practicando fútbol regularmente en forma recreativa con grupos de amigos. Es un excelente deporte, y su práctica rutinaria y con entrenamiento adecuado, lo ubica como un gran aliado de la salud cardiovascular”.

**LM: Días atrás se celebró el Día del Arquero Argentino, e hinchas de El Porvenir y Deportivo Morón lo recordaron como uno de los más destacados guardavallas de esos clubes. Debe ser gratificante el reconocimiento de la gente después de tantos años...**

RP: “Sí. Tuve muchas satisfacciones al ponerme la camiseta de estos maravillosos clubes. Fueron épocas hermosas de mi vida. Viví una relación especial y de gran cariño con estas dos hinchadas. Es un orgullo enorme que me recuerden tan bien y después de tantos años. En el día del arquero argentino se repitieron esas muestras de verdadero amor, que pude compartir con mis hijos, con gran emoción”.

**LM: ¿Siempre vivió en Lanús? ¿Qué significa o representa este lugar o su barrio para usted?**

RP: “Nací y viví en Lanús muchísimos años. El barrio significa mucho más que el trabajo cotidiano. Villa Industriales, mi lugar en Lanús, representa mi familia, mis padres y mis hermanos. El recuerdo de la gente que me acompañó desde chico, mi casa frente de a la plaza San Martín, con esos dos árboles que plantamos y la canchita de fútbol armada en el jardín, que le impidió a mi madre tener la hilera de plantas florales que tanto le gustaba. También mi escuela, la Sala Salud y el club 9 de Julio, en Villa Argerich, donde salimos campeones tantas veces en el baby fútbol. En definitiva, no puedo separar mi vida de la ciudad de Lanús”.

**LM: ¿Algún lugar emblemático de Lanús o que le genere un grato recuerdo?**

RP: “Me vienen a la mente: la plaza San Martín, mi primera “cancha” de fútbol, la escuela “El Patronato”, la Santa Faz, la Sala Salud, el club 9 de Julio, las canchas de Lanús y El Porvenir, las calles Balcarce, donde viví, y Coronel D’Elía, el cine Las Flores, que ya no existe”.

**LM: ¿Cuál es su vínculo con las redes sociales?**

RP: “Reconozco su importancia creciente. En la docencia universitaria y de posgrado, facilitan la



experiencia educativa y personalmente fue en este período de aislamiento, donde cobraron un valor determinante. No obstante también me preocupan sus aspectos discriminatorios o agresivos en base al anonimato, y su uso malintencionado, como herramienta de difusión de noticias falsas y tratamientos médicos peligrosos”.

## FICHA TÉCNICA

### **Dr. Roberto Peidro**

Médico cardiólogo.

Especialista en Medicina del Deporte.

Director del Centro Asistencial Salud de Lanús

Prof. Adjunto de Medicina Universidad Favaloro.

Director del Instituto de Ciencias del Deporte de la Universidad Favaloro.

