



**Dra. Beatriz Cardoso-Marinho**  
Interna de formação específica em Medicina Desportiva no Centro de Medicina Desportiva do Porto; Presidente da Associação dos Médicos Internos de Medicina Desportiva; Unidade Saúde e Performance (FPF)

## Entrevista

### Os jovens médicos têm ganho interesse pela Medicina Desportiva (MD). Por que escolheu esta especialidade?

Foi um processo bastante natural, segui desde pequena a equipa do meu irmão como piloto e sempre gostei muito da área da medicina preventiva e da segurança nos desportos motorizados. Desta forma, ainda no 4º ano da Faculdade, comecei por participar em eventos da *Fédération Internationale de l'Automobile* (FIA) para pesquisa de dados para a minha tese de mestrado sobre o uso do dispositivo HANS. Como acompanhei durante alguns anos os eventos de WRC, WTCC, Cross Country pelo Mundo, ia prestando também apoio médico com as equipas locais. Desta maneira, percebi que era uma área que me apaixonava e é como diziam: *Nothing is as important as passion. No matter what you want to do with your life, be passionate.* No momento da escolha não tive dúvidas, só havia uma vaga no Centro de Medicina Desportiva do Porto do Instituto Português do Desporto e Juventude, onde tenho feito o meu internato ao longo destes 4 anos orientado pelo meu tutor, o Dr. Nelson Puga, que tanto me tem ajudado.

### Apesar da grande evolução nos últimos anos, a formação em MD tem ainda algumas dificuldades. Sente que tem todas as condições para finalizar a especialidade?

O facto de ser uma especialidade com internato recente tem vantagens e desvantagens. Por um lado, temos de estar motivados e focados no trabalho porque encontramos bastantes problemas, pelo que acho desafiante poder solucionar e

contribuir para um papel diferente da Medicina Desportiva em Portugal. Não se pode ter avanços sem recuar e isso cria medo e atuações fora da zona de conforto porque muitas vezes temos de desmoronar mentalidades para criar novos paradigmas.

### É Presidente da AIMD. O que a motiva?

A Associação dos Internos de Medicina Desportiva é uma associação sem fins lucrativos, que tem como objetivos: contribuir para a participação dos associados no debate de assuntos relacionados com o internato médico da formação específica em Medicina Desportiva; promover o desenvolvimento da Medicina Desportiva em Portugal e o internato médico da formação específica em Medicina Desportiva; organizar atividades de caráter científico, nomeadamente as Jornadas que realizamos anualmente; contribuir para o avanço técnico-científico na área da Medicina Desportiva e também cooperar com todos os organismos nacionais. O que mais me motiva atualmente é a promoção científica dos meus colegas, com vista ao seu enriquecimento profissional e individual e, consequentemente, a valorização da nossa especialidade em Portugal.

### E o que mais deseja durante a sua Presidência?

Poder expandir as oportunidades para os colegas mais novos. A criação da oportunidade pode depender das instituições e associações, mas ganhar oportunidade depende do âmbito da educação e da construção dos objetivos. Motiva-me a criação de pontes dos meus colegas internos com colegas de outras especialidades ou colegas mais velhos, por ser primordial para a nossa organização e para a abertura de novos interesses e novos locais de trabalho. Espero também poder incentivá-los a agarrar essas oportunidades. Acho que a irreverência insiste em tentar adaptar o mundo a si mesmo. E o progresso depende do homem irreverente.

### No próximo congresso da FIMS, a realizar em Atenas, será palestrante numa mesa redonda promovida pela SPMD...

Irei falar sobre o tema *Hormonal regulation and injury risk in the female*

*athlete* numa mesa com um painel de especialistas portugueses sobre a Mulher Atleta. É um tópico que tenho desenvolvido também no meu doutoramento e, de facto, o estudo dos ciclos menstruais, alterações hormonais e uso de anticoncecionais e a sua influência na performance da atleta continuam a ser a pergunta de um milhão de euros e que carece de bastante evidência científica. A participação feminina em federações aumentou cerca de três vezes em pouco mais de 10 anos no nosso país (dados Pordata), é necessário criar condições para a atleta poder participar desde jovem e da mesma forma potencializar estratégias de motivação para a adesão a longo prazo. A taxa de atletas femininas decresce com o aumento da idade (dados IPDJ) indicando um importante fator de abandono da prática desportiva que traz consequências à saúde da mulher. Quando falamos em alto rendimento, a percentagem de mulheres atletas é cerca de duas vezes menor relativamente a atletas masculinos. Por fim, nas equipas técnicas, na comunicação social do desporto, nos cargos de liderança, a participação feminina ainda se encontra escassa, devendo ser procurada a raiz do problema nesta mudança em que o desporto deve ocupar um lugar social importante na valorização da sensibilidade da mulher fornecendo à sociedade valores e atitudes.

### Finalmente, o que gostaria de pedir para o futuro?

A Medicina Desportiva em Portugal está em evolução e depende da contribuição de todos para colocar esta especialidade ao serviço da população. Atualmente, o custo de inatividade física em Portugal traduz-se em 900 milhões de euros. Ora, existe carência desta especialidade também na prescrição de exercício, seja à população geral, seja a populações específicas, nomeadamente em fatores de risco cardiovasculares. Também podemos falar das poucas infraestruturas para exercício físico na comunidade e da importância de se valorizar socialmente o desporto e, ainda, da carência de apoios a atletas de alta competição. Penso que o progresso passará por mudanças de políticas e do pilar legislativo, colocando o médico especialista em Medicina Desportiva como resposta a estas necessidades.