

Capítulo 4

La quiropráctica como derecho del deportista

*José Emilio Torres Castro*¹

*Brandon Yael Valenzuela Morales*²

*Jorge Elías Castillo Hernández*³

<https://doi.org/10.61728/AE20253332>



¹ Estudiante de la Licenciatura en Quiropráctica de la Facultad de Medicina, Región Veracruz, correo institucional: zs21009843@estudiantes.uv.mx

² Estudiante de la Licenciatura en Quiropráctica de la Facultad de Medicina, Región Veracruz, correo institucional: zs21009862@estudiantes.uv.mx

³ Egresado de la Universidad de Logan Programa Quiropráctica, St. Louis, Missouri, Maestría y Doctorado en Educación por el Instituto de Estudios Universitarios, Miembro del UVCA 505 calidad productividad e innovación en la Educación y Coordinador de la Licenciatura de Quiropráctica Facultad de Medicina Región Veracruz. Correo institucional: jorgecastillo1@uv.mx

I. Introducción

La palabra atleta puede definirse desde diversas perspectivas, dependiendo del contexto en que se utilice. De manera general, se refiere a una persona con habilidades físicas destacadas que participa en actividades deportivas, ya sea en el ámbito profesional o amateur. Se caracteriza por su disciplina, dedicación al entrenamiento y espíritu competitivo.

Según el Diccionario de la Real Academia Española (RAE), un atleta es una “persona que interviene en ejercicios superiores a los ordinarios, especialmente en competencias deportivas” (2023).

Desde una perspectiva sociológica, el atleta es visto como un individuo que forma parte de un sistema deportivo en el que su desempeño está influido por factores sociales, culturales y económicos. Su identidad como deportista se encuentra estrechamente relacionada con su participación en eventos deportivos y con el reconocimiento público que recibe (Coakley, 2021).

En el ámbito de la psicología del deporte, un atleta es considerado como alguien que desarrolla no solo habilidades físicas, sino también competencias mentales, como la concentración, la resiliencia y la capacidad para manejar la presión en situaciones competitivas (Weinberg y Gould, 2019).

La práctica deportiva constituye una expresión significativa del desarrollo humano, reflejando valores como la disciplina, la perseverancia y el deseo de superación. Un deportista es más que alguien que realiza una actividad física; es una persona comprometida con un proceso continuo de mejora, enfrentando desafíos tanto físicos como psicológicos para alcanzar su máximo potencial.

Tanto aficionados como profesionales se someten a entrenamientos exigentes, participan en competencias y perfeccionan habilidades técnicas que influyen en su rendimiento y en la formación de su carácter. La constancia, la estrategia y la resiliencia se convierten en aspectos

indispensables de su trayectoria, permitiéndoles enfrentar obstáculos y alcanzar sus objetivos. No obstante, esta misma exigencia puede derivar en problemas físicos fuera de su control, como lesiones accidentales, sobrecargas por entrenamiento o fatiga manifestada a través del dolor corporal.

En este punto, cobra relevancia la quiropráctica. Aunque en México aún se encuentra en una fase de reconocimiento y expansión, esta disciplina ha comenzado a integrarse en el ámbito deportivo nacional. Surge entonces una pregunta que orienta el análisis de este capítulo: ¿La quiropráctica constituye un derecho del deportista?

II. Fundamentos de la quiropráctica

La quiropráctica es una disciplina de la salud enfocada en el diagnóstico, tratamiento y prevención de trastornos del sistema neuromusculoesquelético, con un énfasis particular en la columna vertebral y su relación con el sistema nervioso. Esta práctica parte de la premisa de que las alteraciones mecánicas en las vértebras pueden interferir con el funcionamiento del sistema nervioso, afectando así el estado general de salud del individuo (World Health Organization [WHO], 2005). Su objetivo es restablecer una función biomecánica adecuada mediante técnicas manuales, en especial el ajuste quiropráctico o manipulación espinal, con el propósito de mejorar la movilidad articular, reducir el dolor y favorecer los procesos de autorregulación del organismo.

El ajuste quiropráctico consiste en la aplicación controlada de una fuerza sobre una articulación específica —comúnmente en la columna vertebral— con el fin de corregir una disfunción conocida como subluxación vertebral. Aunque este término ha sido objeto de debate en el ámbito médico, en el contexto quiropráctico se refiere a una pérdida parcial del movimiento normal entre dos vértebras contiguas, con posibles implicaciones funcionales para el sistema nervioso (Triano et al., 2013).

Diversos estudios científicos respaldan la eficacia de la quiropráctica en el manejo del dolor musculoesquelético, en particular el dolor lumbar, cervical y cefálico de origen tensional. Según una revisión sistemática publicada en la Cochrane Database, la manipulación espinal muestra un

efecto clínicamente significativo en la reducción del dolor lumbar agudo y subagudo (Rubinstein et al., 2019). Además, se ha observado que los pacientes que reciben atención quiropráctica tienden a utilizar menos medicamentos analgésicos, lo cual constituye una ventaja ante el uso elevado de fármacos, especialmente opioides (Whedon, Toler, Goehl y Kazal, 2018).

Desde una perspectiva económica, la quiropráctica representa una alternativa rentable. Investigaciones en sistemas de salud como el de Estados Unidos han mostrado que este tipo de atención puede reducir los costos asociados con tratamientos convencionales para el dolor musculoesquelético, así como disminuir los periodos de incapacidad laboral (Martins et al., 2021).

En consecuencia, la quiropráctica ofrece beneficios clínicos sustentados en evidencia y se alinea con los principios de una atención sanitaria contemporánea, segura, accesible y orientada al bienestar del paciente. Esta base la posiciona como una herramienta de valor dentro de los equipos multidisciplinarios de atención al deportista, cuyo cuerpo constituye su recurso principal para el rendimiento competitivo.

III. El deportista y la exigencia física

El deporte de alto rendimiento exige un funcionamiento físico y mental excepcional. Los atletas están expuestos a un régimen riguroso de entrenamientos intensivos, competencias frecuentes y una presión constante por mejorar su rendimiento. Estas condiciones generan un elevado desgaste físico y favorecen la aparición de microtraumatismos repetitivos que, aunque inicialmente imperceptibles, pueden derivar en lesiones importantes si no se atienden oportunamente (Kujala, 2008).

Entre las lesiones más frecuentes en atletas se encuentran las de tipo musculoesquelético, como esguinces, distensiones musculares, tendinopatías y síndromes por sobreuso. Estas afecciones no solo impactan el desempeño deportivo, sino que también pueden generar consecuencias a largo plazo sobre la calidad de vida del deportista. Además, se ha documentado que los atletas de alto nivel suelen desarrollar desequilibrios posturales y biomecánicos como resultado de patrones de movimiento repetitivos o compensaciones originadas por lesiones previas (Cook et al., 2014).

La fatiga crónica, otra consecuencia común de la exigencia deportiva, compromete la recuperación muscular y eleva el riesgo de lesiones al afectar la coordinación motora y el tiempo de reacción (Meeusen et al., 2013). Este desgaste progresivo puede limitar la carrera deportiva o incluso provocar un retiro prematuro si no se implementan estrategias de intervención adecuadas.

En este contexto, el cuidado quiropráctico adquiere un papel relevante. No se limita al tratamiento de lesiones ya establecidas, sino que incorpora un enfoque preventivo y orientado a la optimización del rendimiento. Al corregir desalineaciones biomecánicas y restablecer la movilidad articular, se mejora la eficiencia del movimiento, se reducen compensaciones musculares y se optimiza la función neuromuscular (Cooley y Walker, 2013). Esto contribuye tanto a la prevención de lesiones como a una mejor ejecución técnica y un desempeño general más eficaz.

Actualmente, la incorporación del profesional quiropráctico en los equipos médicos deportivos es una práctica común en instituciones de alto rendimiento. Organizaciones como la NFL (National Football League), la NBA (National Basketball Association) y el Comité Olímpico Internacional han reconocido la relevancia del cuidado quiropráctico como parte del plan integral de salud de sus atletas (Green y Johnson, 2010). Su participación no solo favorece la recuperación física, sino que también refuerza la conexión mente-cuerpo, un aspecto determinante en el contexto del deporte competitivo.

IV. Evidencia científica del rol quiropráctico en el deporte

El papel de la quiropráctica en el ámbito deportivo ha sido objeto de estudio en múltiples investigaciones científicas, con resultados consistentes que evidencian beneficios concretos tanto en la prevención como en la rehabilitación de lesiones, así como en la mejora del rendimiento físico del atleta. La atención quiropráctica ha demostrado su utilidad no solo en el alivio del dolor y la recuperación de la función física, sino también en la optimización de la eficiencia biomecánica, lo que contribuye a un desempeño más seguro y efectivo.

Uno de los efectos más documentados es la mejora del rango de movimiento articular. Diversos estudios han señalado que los ajustes

quiropáticos, especialmente en las regiones cervical y lumbar, pueden incrementar la movilidad articular y reducir la rigidez muscular, lo cual es particularmente relevante en disciplinas deportivas que exigen agilidad, amplitud de movimiento y flexibilidad (Ferreira et al., 2016).

Asimismo, la reducción del dolor musculoesquelético, incluyendo dolor lumbar, cervical y en extremidades, ha sido ampliamente reportada. Un estudio clínico con atletas universitarios mostró que la manipulación espinal resultó efectiva para disminuir el dolor lumbar agudo y mejorar la funcionalidad, en comparación con intervenciones pasivas (Miners y Bougie, 2011). Esta mejora permite a los deportistas retomar sus entrenamientos con mayor rapidez y menor dependencia de medicamentos analgésicos o antiinflamatorios.

En relación con la recuperación postlesión, se ha observado que los atletas que reciben atención quiropráctica presentan tiempos de recuperación más breves y una reintegración funcional más eficiente tras lesiones como esguinces, contracturas o sobrecargas musculares (Hecimovich, 2010). Estos resultados no solo responden al tratamiento de la lesión en sí, sino también a la corrección de factores biomecánicos que predisponen a su aparición.

Otro hallazgo relevante es la mejora en el rendimiento neuromuscular. Estudios realizados con atletas de alto nivel han mostrado que, tras recibir ajustes quiropráticos, se observa una activación más eficiente de grupos musculares específicos, tiempos de reacción más rápidos y una coordinación motora más precisa, lo cual puede representar una ventaja competitiva en escenarios de alta exigencia (Humphries et al., 2013).

La prevención de lesiones constituye también una de las contribuciones más valiosas de la quiropráctica. La intervención periódica permite identificar y corregir desalineaciones biomecánicas o restricciones articulares que, de no abordarse, pueden evolucionar hacia lesiones crónicas por sobreuso o por compensaciones musculares (Hoskins y Pollard, 2010). Este enfoque proactivo es especialmente relevante durante las fases de entrenamiento intensivo o en periodos de preparación previa a competencias.

En conjunto, la evidencia disponible respalda la incorporación del cuidado quiroprático dentro de los programas de atención a deportis-

tas, tanto en el nivel amateur como profesional. Lejos de tratarse de una intervención marginal, la quiropráctica representa una opción científicamente respaldada, efectiva y complementaria a la medicina deportiva convencional.

V. El deportista y su derecho a la salud

El derecho a la salud es un principio reconocido a nivel internacional y nacional, y en el caso de los deportistas adquiere una relevancia particular debido a las exigencias físicas y mentales que implica su práctica. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no únicamente como la ausencia de enfermedad (OMS, 2006). En este contexto, los deportistas requieren acceso a atención médica integral, seguimiento nutricional, prevención de lesiones y condiciones óptimas para su desempeño.

El derecho a la salud en el ámbito deportivo está respaldado por diversas normativas internacionales, como la Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte de la UNESCO, así como por legislaciones específicas a nivel nacional. Estas disposiciones buscan garantizar que los atletas desarrollen su actividad sin poner en riesgo su bienestar, promoviendo medidas como el acceso a exámenes médicos periódicos, controles antidopaje y condiciones seguras durante los entrenamientos y las competencias.

Adicionalmente, organismos como el Comité Olímpico Internacional (COI) y la Agencia Mundial Antidopaje (AMA) desempeñan un papel destacado en la regulación y promoción de la salud en el deporte, estableciendo directrices orientadas a equilibrar el rendimiento con la protección del cuerpo y la mente del atleta.

La salud del deportista no es únicamente una responsabilidad individual, sino también una obligación compartida por clubes, federaciones y gobiernos, quienes deben garantizar condiciones justas, seguras y adecuadas para la práctica deportiva en todos los niveles.

En este escenario, la quiropráctica tiende a quedar relegada frente a otras disciplinas de la salud, como la fisioterapia o la nutrición, que suelen ser incluidas de manera inmediata en los equipos de atención al

deportista. No obstante, la quiropráctica, en su fundamento, busca que toda persona alcance su capacidad física y mental de manera óptima, mediante la corrección de alteraciones en la alineación de la columna vertebral. Una alineación vertebral adecuada contribuye a que el deportista cuente con mejores condiciones para rendir al máximo en su disciplina.

Esto plantea nuevas interrogantes: ¿la quiropráctica se orienta principalmente a la prevención? ¿Está enfocada más en optimizar el rendimiento que en atender lesiones? La respuesta no es del todo simple. Si bien muchos deportistas acuden de manera regular a sesiones quiroprácticas como parte de un mantenimiento preventivo que les permite conservar una alineación adecuada y un alto nivel funcional, también pueden recurrir a la atención quiropráctica en caso de lesión, dolor u otras molestias.

En tales casos, el profesional quiropráctico puede intervenir no solo mediante ajustes espinales, sino también proporcionando un seguimiento clínico complementario al tratamiento de la lesión, trabajando en conjunto con el deportista para facilitar su recuperación y reintegración a la actividad deportiva.

VI. La quiropráctica en el deporte: prevención y tratamiento de lesiones

En el ámbito deportivo, la quiropráctica se ha consolidado como una disciplina relevante tanto para la prevención como para el tratamiento de lesiones. A lo largo de mi formación como estudiante de quiropráctica, he podido observar cómo una alineación adecuada del sistema musculoesquelético contribuye a optimizar el rendimiento de los atletas y acelera su recuperación tras una lesión.

Los deportistas, ya sean profesionales o aficionados, están expuestos a una amplia variedad de lesiones debido a la naturaleza física de sus actividades. Estas lesiones pueden comprometer músculos, articulaciones, tendones y la columna vertebral, afectando su desempeño y, en algunos casos, generando secuelas crónicas. La quiropráctica ha demostrado ser una opción efectiva tanto para prevenir como para tratar este tipo de lesiones.

El sistema nervioso es el centro de control del cuerpo, y cualquier interferencia en su funcionamiento puede repercutir negativamente en el

rendimiento deportivo. Los ajustes quiroprácticos contribuyen a eliminar dichas interferencias, mejorando la comunicación entre el cerebro y el cuerpo. Esto se refleja en una mayor coordinación, tiempos de reacción más rápidos y una mejor capacidad de adaptación a las demandas físicas del deporte. Un estudio publicado en el *Journal of Chiropractic Research* encontró que los atletas que recibieron ajustes quiroprácticos mostraron mejoras significativas en la función del sistema nervioso, lo cual se asoció con un mejor rendimiento deportivo (Taylor et al., 2016).

Desde una perspectiva preventiva, los ajustes quiroprácticos favorecen la movilidad articular, la estabilidad postural y la función neuromuscular. Estos elementos son especialmente relevantes para los deportistas, ya que una biomecánica eficiente disminuye el estrés sobre músculos y articulaciones, reduciendo la probabilidad de esguinces, contracturas y otras lesiones frecuentes en contextos de alto rendimiento.

La quiropráctica también resulta eficaz en el tratamiento de lesiones deportivas. Las técnicas empleadas permiten restaurar la funcionalidad corporal y aliviar el dolor sin recurrir a procedimientos invasivos. He revisado casos en los que atletas con lumbalgias, subluxaciones vertebrales o disfunciones articulares han encontrado en la atención quiropráctica una vía segura y efectiva para reincorporarse a su disciplina.

La postura influye directamente en el rendimiento. Una mala alineación no solo compromete la eficacia del movimiento, sino que incrementa el riesgo de lesiones. La corrección postural mediante ajustes vertebrales permite al cuerpo funcionar con mayor eficiencia. Un estudio realizado por Pollard et al. (2012) señaló que los atletas que recibieron ajustes quiroprácticos regulares mejoraron significativamente su fuerza, resistencia y coordinación.

Uno de los beneficios más destacados de la quiropráctica es el aumento en la movilidad y flexibilidad articular. Los ajustes ayudan a restablecer el rango normal de movimiento, lo cual es relevante para disciplinas que requieren gestos técnicos amplios y precisos. Según el *Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics*, los ajustes espinales mejoran notablemente la movilidad de la columna y las extremidades, lo que se traduce en un mejor desempeño deportivo (Smith et al., 2019).

La quiropráctica también contribuye significativamente a la recuperación tras una lesión. Los ajustes favorecen la disminución de la inflama-

ción, mejoran la circulación sanguínea y promueven la curación de tejidos blandos lesionados. Aunque el proceso de rehabilitación debe abordarse de manera multidisciplinaria, los ajustes quiroprácticos constituyen un recurso complementario eficaz. Un estudio publicado en *Sports Health* demostró que los atletas que recibieron atención quiropráctica luego de una lesión experimentaron una recuperación más rápida y un retorno más ágil a la actividad deportiva (Johnson et al., 2018).

El manejo del dolor y la inflamación es un desafío común en el deporte, especialmente en disciplinas de alto impacto. La quiropráctica ofrece una opción terapéutica no invasiva y sin fármacos para enfrentar estos síntomas. Los ajustes contribuyen a reducir la estenosis medular y las compresiones nerviosas, lo cual alivia el dolor y mejora la funcionalidad. Un estudio publicado en *Pain Research and Management* respaldó la eficacia de los ajustes quiroprácticos en la reducción del dolor (Brown et al., 2020).

Los esguinces (lesiones de ligamentos) y las distensiones (lesiones de músculos o tendones) son frecuentes en deportes que implican movimientos bruscos, cambios de dirección o impactos, como el fútbol, el baloncesto o el atletismo. En estos casos, los ajustes quiroprácticos pueden restablecer la alineación articular, reduciendo la tensión en los tejidos blandos. Además, técnicas complementarias como la liberación miofascial y el masaje terapéutico ayudan a disminuir la inflamación y favorecer la recuperación de los tejidos dañados. Un estudio publicado en el *Journal of Orthopaedic and Sports Physical Therapy* demostró que la combinación de ajustes y terapia de tejidos blandos aceleró la recuperación de esguinces de tobillo en atletas (Green et al., 2017).

Las articulaciones también son vulnerables en deportes de alto impacto o con movimientos repetitivos, como el tenis, el levantamiento de pesas o el atletismo. Lesiones como la tendinopatía del manguito rotador, el síndrome de la banda iliotibial o la inestabilidad del tobillo son frecuentes. Los ajustes pueden mejorar la movilidad articular y reducir la inflamación. El quiropráctico puede, además, recomendar ejercicios de rehabilitación para fortalecer la musculatura adyacente, aunque la implementación de dichos ejercicios corresponde al fisioterapeuta. Un estudio del *Journal of Chiropractic Medicine* indicó que los ajustes quiroprácticos mejora-

ron significativamente la función y redujeron el dolor en pacientes con lesiones de hombro (Miller et al., 2018).

En México, la quiropráctica ha ganado espacio dentro del ámbito deportivo, integrándose en equipos de salud multidisciplinarios que atienden a atletas de distintas disciplinas. Como futuros profesionales, el desafío consiste en continuar promoviendo su importancia y generar evidencia científica que respalde su contribución al rendimiento y la recuperación de los deportistas.

VII. Consecuencias de la aplicación no ética de la quiropráctica en el deporte

El término ético proviene del griego *ethos*, que hace referencia al carácter o forma de ser. En el contexto profesional, se vincula con el respeto a principios morales y normas de conducta que guían una práctica responsable. En el ámbito sanitario, actuar éticamente implica respetar los derechos del paciente, ejercer con competencia, brindar información veraz y anteponer el bienestar del individuo a cualquier interés particular (Beauchamp y Childress, 2019). La quiropráctica, como disciplina de salud, está igualmente comprometida con estos principios, en particular cuando se aplica en entornos tan exigentes como el deporte de alto rendimiento.

El ejercicio quiropráctico sin un sustento ético claro conlleva múltiples riesgos para el atleta y la credibilidad de la profesión. Por ejemplo, realizar manipulaciones sin un diagnóstico adecuado o fuera del alcance profesional puede agravar lesiones, comprometer estructuras neurológicas o generar nuevas alteraciones biomecánicas (Coulter et al., 2018). Omitir el consentimiento informado o presionar para continuar con tratamientos innecesarios vulnera el principio de autonomía del paciente y puede constituir mala praxis.

Otro riesgo frecuente es la promoción de promesas infundadas, como asegurar curaciones inmediatas, afirmar mejoras en el rendimiento sin respaldo científico o desalentar tratamientos médicos convencionales. Estas prácticas generan confusión, debilitan la confianza del atleta y pueden poner en peligro su salud al retrasar diagnósticos o terapias pertinentes (Ernst, 2008). También se han documentado casos de uso de técnicas sin

sustento científico bajo el argumento de la “medicina alternativa”, lo cual afecta a quienes ejercen con responsabilidad y dentro del marco legal.

En contextos deportivos marcados por la presión del rendimiento, un profesional quiropráctico sin criterio ético puede fomentar el uso excesivo de intervenciones, priorizando los resultados por encima del bienestar del atleta. Esta conducta contraviene los principios de no maleficencia y beneficencia, y puede romper la confianza del deportista, especialmente si las intervenciones encubren lesiones graves o generan dependencia.

La falta de ética también puede observarse a nivel institucional, por ejemplo, al contratar personal quiropráctico sin formación reconocida, sin licencia o sin afiliación a organismos colegiados que regulen la práctica. Estas omisiones implican riesgos legales para clubes, equipos y federaciones, y ponen en peligro la salud de los atletas (World Federation of Chiropractic [WFC], 2020).

Por estas razones, es indispensable que los profesionales quiroprácticos en el ámbito deportivo actúen con integridad, transparencia y responsabilidad clínica. La implementación de protocolos éticos, auditorías de calidad y formación continua son herramientas necesarias para garantizar una atención competente y preservar la dignidad de la profesión.

VIII. Complementariedad de la quiropráctica con otras ciencias de la salud en el deporte

La atención integral del deportista moderno no puede concebirse desde una visión aislada o unidisciplinaria. La quiropráctica, lejos de constituir una práctica excluyente, alcanza un mayor alcance cuando se articula con otras disciplinas de la salud, tales como la medicina del deporte, la fisioterapia, la nutrición deportiva y la psicología, dentro de equipos multidisciplinarios orientados a la prevención, el rendimiento y la recuperación funcional.

La medicina deportiva proporciona el diagnóstico clínico y fisiopatológico de lesiones, la prescripción farmacológica cuando es requerida y el seguimiento de enfermedades sistémicas que inciden en el rendimiento. La quiropráctica complementa esta intervención mediante técnicas de manipulación vertebral y terapias manuales que favorecen la movilidad, corrigen disfunciones articulares y contribuyen al alivio del dolor sin

recurrir a fármacos, lo cual resulta útil en el abordaje conservador de diversas afecciones musculoesqueléticas (Stochkendahl et al., 2012).

La fisioterapia, por su parte, se orienta a la rehabilitación funcional mediante ejercicios terapéuticos, electroterapia, estiramientos y entrenamiento propioceptivo. La coordinación entre fisioterapeutas y quiroprácticos permite una intervención más completa, en la que el ajuste vertebral favorece la mecánica articular y la fisioterapia fortalece la estabilidad, la fuerza y la resistencia muscular. Esta sinergia ha demostrado ser particularmente eficaz en lesiones de columna, esguinces articulares y recuperación postquirúrgica (Young et al., 2021).

La nutrición deportiva también desempeña un papel relevante en la recuperación y en la prevención de lesiones. Una intervención quiropráctica acompañada de un asesoramiento nutricional personalizado puede acelerar los procesos de reparación tisular, modular la inflamación y mejorar el estado general del atleta, especialmente durante temporadas competitivas o fases de alta exigencia física (Rodríguez et al., 2009).

De igual forma, la psicología del deporte se complementa con la quiropráctica al incidir en el eje cuerpo-mente, promoviendo la motivación, el enfoque y la autopercepción positiva del atleta en procesos de rehabilitación o manejo del dolor. Diversos estudios han demostrado que una intervención quiropráctica regular, acompañada de apoyo psicológico, mejora la adherencia al tratamiento y reduce el estrés asociado a lesiones deportivas (Ndetan et al., 2015).

Los modelos de salud interdisciplinaria en el deporte de alto rendimiento han incorporado activamente a la quiropráctica en sus equipos médicos. Instituciones como el Comité Olímpico Internacional, la FIFA y diversas universidades deportivas respaldan protocolos integrados, en los cuales cada disciplina contribuye desde su campo específico al cuidado integral del atleta (WFC, 2020).

En síntesis, la colaboración interprofesional mejora los resultados clínicos, fortalece la ética profesional y fomenta el respeto entre disciplinas, reduciendo la competencia innecesaria y situando al deportista como el centro de la atención. La quiropráctica, en este escenario, se convierte en un componente relevante dentro de un sistema más amplio, coordinado y eficaz de atención al alto rendimiento.

IX. Retos y perspectivas de la quiropráctica en el deporte

Pese a su creciente aceptación en el ámbito deportivo, la quiropráctica aún enfrenta retos significativos para consolidarse como una disciplina plenamente integrada dentro de los sistemas de salud y equipos multidisciplinarios, especialmente en América Latina y otros países en vías de desarrollo. Estas barreras limitan el acceso de los deportistas a sus beneficios y dificultan el reconocimiento social y académico de la profesión.

Uno de los principales obstáculos es de carácter legal y regulatorio. En muchos países, la quiropráctica carece de una legislación clara que delimite su campo de acción, lo que genera incertidumbre tanto para los profesionales como para los pacientes. En algunos casos, la falta de colegiación obligatoria y la ausencia de títulos universitarios reconocidos por los ministerios de salud dificultan su ejercicio formal (World Federation of Chiropractic [WFC], 2020). Esta situación propicia el intrusismo profesional y disminuye la calidad del servicio ofrecido.

También existen barreras culturales derivadas del desconocimiento o la desinformación sobre los alcances de la quiropráctica. Muchos deportistas, entrenadores o incluso médicos asocian erróneamente esta disciplina con prácticas alternativas sin base científica, lo que genera resistencia a su integración en equipos interdisciplinarios (Mirtz et al., 2016). Para superar este tipo de prejuicios, se requiere una labor sistemática de educación pública y académica que explique con claridad sus fundamentos científicos y sus aplicaciones en el contexto deportivo.

El aspecto económico representa otro desafío relevante. En varios países, los servicios quiroprácticos no están incluidos en los sistemas de salud pública ni en los seguros médicos privados, lo que obliga a los deportistas a cubrir por cuenta propia el costo de los tratamientos. Esta exclusión financiera restringe su accesibilidad y refuerza la desigualdad en el acceso a una atención musculoesquelética de calidad, particularmente en atletas de nivel amateur o con recursos limitados (Coulter et al., 2018).

A pesar de estos obstáculos, el panorama también presenta perspectivas alentadoras. Por un lado, la evidencia científica a favor de la quiropráctica sigue aumentando, con estudios clínicos que respaldan su efectividad en el tratamiento del dolor, la mejora del rendimiento y la prevención de

lesiones (Ferreira et al., 2016). Esta base empírica favorece su legitimación académica y legal, especialmente si se promueve la investigación en contextos deportivos locales.

Por otro lado, se reconoce con mayor frecuencia la importancia del trabajo interprofesional en el cuidado del deportista, lo que permite a la quiropráctica consolidarse como una aliada dentro de equipos integrados junto a médicos, fisioterapeutas, preparadores físicos y psicólogos del deporte (Young et al., 2021). Esta colaboración fortalece la atención centrada en el atleta y promueve una visión amplia de la salud deportiva.

En última instancia, el futuro de la quiropráctica dependerá de su capacidad para profesionalizarse, autorregularse y mantener un diálogo abierto con las demás disciplinas de la salud, promoviendo una práctica ética, sustentada en la evidencia y orientada al bienestar del deportista. De esta forma podrá posicionarse como un derecho legítimo del atleta dentro de un marco de atención moderna, colaborativa y equitativa.

X. Conclusiones

La quiropráctica no debe considerarse un tratamiento alternativo, sino una herramienta complementaria en el abordaje integral del deportista contemporáneo. Su eficacia en la prevención, tratamiento y recuperación de lesiones musculoesqueléticas, así como su capacidad para mejorar el rendimiento físico y funcional, la posiciona como un componente relevante dentro de los equipos multidisciplinarios de salud.

Reconocer su utilidad e incorporarla como parte del derecho a la atención en todos los niveles del deporte, desde el ámbito amateur hasta el profesional, representa un avance necesario hacia una visión de salud más amplia, centrada en la persona atleta. Esto implica garantizar la participación de profesionales quiroprácticos debidamente capacitados y regulados en el entorno deportivo, así como fomentar la formación y sensibilización de entrenadores, médicos, directivos y deportistas respecto a sus beneficios, limitaciones y fundamentos científicos.

Asimismo, asegurar una práctica ética, basada en evidencia y en constante diálogo con otras disciplinas de la salud, resulta indispensable para preservar la integridad del deportista, prevenir prácticas inadecuadas y promover entornos deportivos más seguros, responsables y colaborativos.

En definitiva, incorporar de manera plena la quiropráctica en la atención al deportista no es solo una cuestión de resultados clínicos, sino también una expresión de equidad en el acceso a la salud y de respeto por la dignidad individual. Garantizar esta inclusión contribuye al desarrollo de un modelo deportivo más justo, donde cada atleta cuente con las condiciones necesarias para desempeñarse, competir y recuperarse sin obstáculos derivados de limitaciones institucionales, económicas o culturales.

XI. Lista de fuentes

- Coakley, J. (2021). Sociology of sport: Growth, diversification, and marginalization, 1981–2021. *Kinesiology Review*, 10, 1–9.
- Coulter, I., Crawford, C., Hurwitz, E., Vernon, H., Khorsan, R., Booth, M., y Herman, P. (2018). Manipulation and mobilization for treating chronic low back pain: A systematic review and meta-analysis. *Spine Journal*, 18(5), 866–879.
- Ferreira, M., Machado, G., Latimer, J., Maher, C., Ferreira, P., y Smeets, R. (2016). Effects of spinal manipulative therapy on range of motion of the cervical spine: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics*, 39(6), 432–442.
- Mirtz, T., Morgan, L., Wyatt, L., Greene, L., y Harris, M. (2016). Chiropractic in the United States: Trends and issues. *Journal of Chiropractic Humanities*, 23(1), 1–7.
- Ndetan, H., Evans, M., Hawk, C., y Walker, B. (2015). Use of chiropractic care in the United States: A systematic review of the literature. *Journal of Chiropractic Humanities*, 22(1), 1–10.
- Rodriguez, N., DiMarco, N., y Langley, S. (2009). Position of the American Dietetic Association, Dietitians of Canada, and the American College of Sports Medicine: Nutrition and athletic performance. *Journal of the American Dietetic Association*, 109(3), 509–527.
- Stochkendahl, M., Christensen, H., Hartvigsen, J., Vach, W., y Hestbæk, L. (2012). Clinical guidelines for chiropractic treatment of low back pain: A systematic review. *Chiropractic y Manual Therapies*, 20(1), 5.
- Weinberg, R., y Gould, D. (2014). *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico* (4.^a ed.). Editorial Médica Panamericana.

- World Federation of Chiropractic (2020). Best Practices for Chiropractic in Sport. WFC Sports Committee.
- Young, S., Stuber, K., y Bussi eres, A. (2021). Interdisciplinary collaboration in chiropractic and physiotherapy: A scoping review. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 14, 199–214. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S289191>.

