

La OMC crea el grupo de trabajo de Salud y Deporte para integrar la prescripción de ejercicio físico en la práctica clínica

- Reconocer la especialidad y capacitar a los médicos, claves del nuevo grupo de la OMC
- El Dr. José Pallás, especialista en Medicina del Deporte, coordinador del grupo de trabajo

Madrid, 18 de diciembre de 2025. La Organización Médica Colegial (OMC) ha presentado hoy en su sede, el Grupo de Trabajo de Salud y Deporte, una iniciativa estratégica cuyo objetivo es integrar de forma efectiva la actividad física y el deporte en el corpus científico y en la praxis clínica del Sistema Nacional de Salud (SNS) como herramienta clave para la prevención, el tratamiento y la mejora de la salud de la población.

Este nuevo grupo de trabajo nace con la vocación de situar el ejercicio físico como un agente terapéutico de primer orden, basado en la evidencia científica y prescrito por médicos, contribuyendo así a un modelo sanitario más preventivo, personalizado y sostenible.

Esta nueva acción estratégica de la OMC articulará su labor en torno a tres grandes ejes estratégicos para transformar el modelo asistencial

1. Consolidación y reconocimiento de la especialidad de Medicina del Deporte

El grupo trabajará para el pleno desarrollo y dignificación de la Medicina de la Educación Física y el Deporte (MEFyD) como disciplina esencial del sistema sanitario. Para ello, considera prioritario establecer un marco regulatorio que garantice su reconocimiento, definir claramente las competencias del especialista y favorecer su integración en todos los niveles asistenciales, más allá del ámbito de la alta competición. Asimismo, se impulsará su presencia en los programas de formación MIR y la actualización continua de los profesionales.

2. Integración de la prescripción de ejercicio físico en el acto médico

La OMC defiende que el ejercicio físico debe ser concebido como un elemento terapéutico equiparable a cualquier otro tratamiento, con especial protagonismo en la Atención Primaria. El grupo de trabajo promoverá la capacitación obligatoria de los médicos para la correcta valoración, dosificación y seguimiento del ejercicio individualizado, la incorporación de su registro en la historia clínica electrónica y la colaboración protocolizada con otros profesionales de la actividad física y el deporte.

3. Aplicación clínica del ejercicio en patologías crónicas y salud mental

El grupo de trabajo impulsará la incorporación sistemática del ejercicio físico en los protocolos asistenciales de enfermedades crónicas como la diabetes, la

hipertensión, la obesidad, las enfermedades cardiovasculares, respiratorias, oncológicas y osteoarticulares, así como en la salud mental, donde la evidencia científica demuestra su beneficio en el abordaje de la depresión, la ansiedad y el deterioro cognitivo.

Asimismo, se subraya su papel fundamental en la edad infantil, tanto para la prevención del sobrepeso y la obesidad como para el desarrollo físico, mental y social en la era digital.

Compromiso con la evidencia científica y la salud pública

El GT de Salud y Deporte de la OMC asume como deber científico el impulso de la investigación aplicada y la divulgación rigurosa del conocimiento, con el fin de legitimar el ejercicio físico como un componente integral de los planes de tratamiento y de la medicina preventiva.

Con esta iniciativa, la Organización Médica Colegial reafirma su compromiso con la salud de la ciudadanía, la calidad asistencial y el reconocimiento del papel esencial del médico —y del especialista en Medicina del Deporte— en la prescripción del ejercicio físico para el mantenimiento de la salud y la recuperación de la enfermedad.

El inicio oficial de este grupo de trabajo ha tenido lugar esta mañana en la sede de la OMC con la celebración de la jornada ‘Estrategias para la consolidación de la especialidad de la Medicina de la Educación Física y el Deporte’. Un espacio en el que han participado Tomás Cobo, presidente de la OMC; José Pallás, coordinador del grupo de trabajo ‘Salud y deporte’ de la OMC; Pedro Manonelles, especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte y miembro de SEMED; Montserrat Romaguera, especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte y miembro de Semfyc; José Luis Trejo, neurobiólogo del Instituto Cajal, CSIC y Guiomar López, Instituto #SaludsinBulos.

Este grupo de trabajo cuenta con un [espacio](#) habilitado en la web del Consejo General de Médicos donde se recogerá la actividad y documentación promovida por los distintos expertos que componen el grupo. Forman parte de este los doctores: Virginia Izura, vicesecretaria de la OMC; Pedro Navarro, presidente del COM Málaga; Gerardo Pérez, presidente del COM Jaén; Sergi Boada; presidente del COM Tarragona; Carmen Arnaudas, Consejo Superior de Deportes y Pedro Manonelles, Representante español de Medicina del Deporte en la Unión Europea de Médicos Especialistas (UEMS).