

JOSÉ RICARDO CÁRDENAS CANTO

MÉDICO CIRUJANO | ESPECIALISTA EN MEDICINA DEL DEPORTE
DESARROLLO DE SISTEMAS DE SALUD | GESTIÓN DE PROYECTOS | SPORTS TRAINER EN AUSTRALIA

Mérida, Yucatán | drcardenas99@gmail.com | semperludus.com.mx | LinkedIn: José Ricardo Cárdenas Canto

PERFIL PROFESIONAL Médico radicado en México con más de 20 años de experiencia clínica y especialidad en Medicina del Deporte. Combina una amplia trayectoria en consulta externa, atención musculoesquelética, medicina preventiva y salud ocupacional con experiencia reciente en Australia en primeros auxilios deportivos y cobertura de eventos. Actualmente lidera Semper Ludus, sistema de salud dirigido por un médico que integra salud del movimiento, medicina del deporte, prevención, atención de enfermedades crónicas, envejecimiento activo, rutas estructuradas del paciente y servicios orientados a la calidad. Aporta razonamiento clínico, gestión de proyectos, disciplina operativa y experiencia intercultural al desarrollo de servicios de salud y entornos de rendimiento deportivo.

PROYECTO ESTRATÉGICO ACTUAL

Fundador | Director y médico supervisor

Sistema de Salud Semper Ludus

Sistema de salud dirigido por el Dr. José Cárdenas

2026 - Actualidad

Mérida, México

- Lidera el diseño y desarrollo de Semper Ludus como sistema de salud centrado en movimiento, medicina del deporte, prevención, enfermedades crónicas, envejecimiento activo y retorno seguro a la actividad.
- Desarrolla un modelo operativo con rutas claras del paciente, triaje y seguridad, evaluación inicial y seguimiento, protocolos clínicos, documentación de consentimiento y privacidad, y estándares de servicio.
- Integra gestión de proyectos en las operaciones clínicas: partes interesadas, riesgos, aseguramiento de la calidad, control documental y de versiones, secuencia de implementación y mejora continua.
- Desarrolla la arquitectura digital y de servicios para atención en línea y presencial, educación del paciente, continuidad asistencial, seguimientos y futura colaboración multidisciplinaria.
- Aplica aprendizajes del trabajo en eventos deportivos de Australia al bienestar del atleta y la población, registro de incidentes, escalamiento, preparación en campo y estándares operativos.

EXPERIENCIA INTERNACIONAL EN DEPORTE Y EVENTOS

Oficial de primeros auxilios / Sports Trainer

First In Sports First Aid (FISFA)

Cobertura escolar y de clubes: fútbol australiano, rugby union y otros deportes

Abr 2026 - Oct 2026

Adelaide, Australia del Sur

- Completó más de 100 horas de primeros auxilios en deportes y eventos de Australia, en escuelas, clubes y universidades.
- Proporcionó primeros auxilios en campo, evaluación y manejo inicial de lesiones, cuidado de heridas y referencia segura cuando se requirió valoración médica adicional.
- Apoyó en vendaje deportivo y strapping, preparación previa, reconocimiento de conmoción cerebral, retiro del juego y retorno al deporte dentro del alcance autorizado de Sports Trainer.
- Mantuvo registros de incidentes y comunicó el seguimiento relevante al personal de eventos, escuelas y clubes.
- Sus asignaciones incluyeron: Prince Alfred College, Walkerville Cats, Adelaide High School, Adelaide Uni / PAC Rugby y St Ignatius.

COMPETENCIAS CLAVE

Medicina del deporte y evaluación musculoesquelética	Desarrollo de sistemas de salud	Primeros auxilios deportivos y atención en campo	Gestión de proyectos
Evaluación basada en ejercicio	Razonamiento clínico	Vendaje deportivo y strapping	Reconocimiento de conmoción cerebral
Atención preventiva y de enfermedades crónicas	Salud ocupacional	Educación del paciente	Calidad y documentación

EXPERIENCIA CLÍNICA

Médico - Consulta privada

Sep 2011 - Mar 2026

Medica Elite / Semper Ludus

Mérida, México

- Proporcionó atención integral de consulta externa mediante evaluación clínica, razonamiento diagnóstico, planificación del tratamiento y seguimiento estructurado.
- Atendió afecciones musculoesqueléticas y relacionadas con el deporte mediante exploración clínica, evaluación apoyada por ultrasonido y valoración funcional.
- Empleó estrategias basadas en ejercicio y un abordaje multidisciplinario para favorecer la recuperación, la mejoría funcional y el retorno seguro a la actividad.
- Brindó atención preventiva, educación al paciente y apoyo en enfermedades crónicas en colaboración con servicios de nutrición y fisioterapia.

Médico - Servicios de enfermedades crónicas

Abr 2016 - Dic 2017

U.N.E.M.E. EC. - Unidades de Especialidades Médicas en Enfermedades Crónicas

Yucatán, México

- Evaluó a pacientes con enfermedades cardiometabólicas y crónicas, y prescribió niveles adecuados de esfuerzo físico y actividad.
- Brindó consulta musculoesquelética y educación para favorecer la actividad física segura y la independencia funcional en poblaciones rurales.

Médico general

Feb 2010 - Feb 2011

Instituto de Seguridad Social para Trabajadores del Estado de Yucatán

Mérida, México

- Participó en un programa de salud preventiva con revisión médica y supervisión de la salud infantil, incluida la evaluación clínica previa al ingreso a guardería y medidas de prevención de infecciones.

Médico general

Nov 2006 - Feb 2010

Clinic Assist - Grupo HOSPITEN

Cancún / Riviera Maya, México

- Proporcionó consulta externa y atención médica urgente en un entorno de medicina del turismo, incluida la referencia y el traslado hospitalario cuando fueron necesarios.
- Mantuvo comunicación con aseguradoras internacionales para el intercambio de información clínica, la coordinación de casos y la gestión de autorizaciones.

Médico general y laboral

Mar 2006 - Nov 2006

Industria Salinera de Yucatán S.A.

Yucatán, México

- Brindó servicios de salud ocupacional, consulta externa y atención urgente a trabajadores de planta, contribuyendo a programas de seguridad, higiene y salud preventiva.

Médico de servicio social
Secretaría de Salud de Yucatán

- Proporcionó consulta externa y atención médica urgente en una comunidad rural, y mantuvo registros epidemiológicos y documentación clínica.

Ago 2004 - Ago 2005
Santa Elena, Yucatán

Médico interno de pregrado
Hospital Regional Agustín O'Horán - Secretaría de Salud de Yucatán

- Realizó el internado médico de pregrado rotatorio en un hospital público regional.

Jul 2003 - Jul 2004
Mérida, México

FORMACIÓN ACADÉMICA Y TRAYECTORIA PROFESIONAL

Diploma de Gestión de Proyectos - En curso
Greenwich College
Adelaide, Australia | Mar 2026 - Actualidad

Especialidad en Medicina del Deporte
Universidad Autónoma de Yucatán
Mérida, México | Mar 2011 - Mar 2015 | Cédula profesional: 9507679

Licenciatura en Medicina - Médico Cirujano
Universidad Anáhuac Mayab
Mérida, México | Sep 1999 - Sep 2005 | Cédula profesional: 4589794

Australian Medical Council (AMC)
Candidato del AMC
Número de candidato: 2220075

ACREDITACIONES OBTENIDAS EN AUSTRALIA

Acreditación Sports Trainer Nivel 1
South Australian Sports Medicine Association (SASMA)
Núm. de acreditación 510779 | May 2026 - Jun 2029

Primeros auxilios / Soporte vital de emergencia / RCP
Cruz Roja Australiana
Finalizado en Abr 2026

DESARROLLO PROFESIONAL Y RECURSOS DE APRENDIZAJE

Australasian College of Sport and Exercise Physicians (ACSEP)
Sport and Exercise Medicine
Recursos educativos y actualización profesional continua

British Association of Sport and Exercise Medicine (BASEM)
Sport and Exercise Medicine
Recursos educativos y formación profesional continua

World Rugby Passport
Formación en línea en Rugby y Player Welfare
Desarrollo profesional aplicado a seguridad, prevención de lesiones y atención en campo

CURSOS MÉDICOS, CERTIFICACIONES Y FORMACIÓN CLÍNICA AVANZADA

Curso de ginecología estética
CCME / ISIENA - Cuernavaca, México

Curso práctico de quelación
CCME / ISIENA - Cuernavaca, México

Jul 2025 - Feb 2026

**Certificación médica en medicina regenerativa -
Uso y manejo de células madre mesenquimales**
Corporativo Médico Cryovida - Guadalajara, México
Ago 2025

**Curso práctico de células madre mesenquimales
de médula ósea**
CCME / ISIENA - Cuernavaca, México
Abr 2025 - Jun 2025

Curso práctico de plasma rico en plaquetas
CCME / ISIENA - Cuernavaca, México
Abr 2025 - Jun 2025

Curso de toxina botulínica y rellenos dérmicos
CCME / ISIENA - Cuernavaca, México
Feb 2025

**Certificación como especialista en Medicina del
Deporte**
Consejo Nacional de Medicina del Deporte A.C.
Periodo de certificación: Oct 2020 - Oct 2025

**Certificación en intervencionismo
neuromuscular guiado por ultrasonido**
Asociación Médica de Iztacala A.C. - Guadalajara,
México
Mar 2019 - May 2019

Sep 2018

**Curso sobre uso de células madre
mesenquimales**
Corporativo Médico Cryovida - Guadalajara, México
Jul 2018

**Certificación de actualización en
intervencionismo neuromusculoesquelético
guiado por ultrasonido**
Asociación Médica de Iztacala A.C. - Guadalajara,
México
Mar 2018 - May 2018

**Diplomado en ultrasonido musculoesquelético
intervencionista**
Asociación Médica de Iztacala A.C. - Guadalajara,
México
Jul 2017 - Dic 2017

Curso de plasma rico en plaquetas
CCME / ISIENA - Cuernavaca, México
May 2017

Curso básico de ozonoterapia
Centro Nacional de Investigaciones Científicas /
Centro de Investigaciones del Ozono - La Habana,
Cuba
May 2010

**Diplomado en administración de la salud,
seguridad e higiene laboral**
Secretaría del Trabajo y Previsión Social / Instituto
Tecnológico de Mérida / IMSS
May 2006 - Ago 2006

IDIOMAS

Español
Lengua materna / dominio nativo

Inglés
Competencia Profesional