

**IDENTIFICACIÓN DE LOS FACTORES INTRÍNSECOS Y EXTRINSECOS QUE
PREDISPONEN A LESIÓN DE ESGUINCE DE TOBILLO EN LOS
JUGADORES DE FUTBOL DE LA ESCUELA VILLA REAL CATEGORÍA
JUVENIL A EN LA CIUDAD SANTIAGO DE CALI PERIODO II- 2006**

**IDENTIFICATION OF THE INTRINSIC AND EXTRINSIC FACTORS THAT HAVE
TO INJURY OF SPRAIN OF ANKLE IN THE FOOTBALL PLAYERS THE
SCHOOL REAL VILLA YOUTHFUL CATEGORY TO IN THE SANTIAGO CITY
OF CALI PERIOD II 2006**

AUTORES:

CARDENAS RAMIREZ CAROLINA

Estudiante X semestre Fisioterapia Fundación Universitaria Maria Cano, extensión Cali. Diplomado Actividad Física y Rehabilitación Deportiva.

Practicas Realizadas:

CASIN (Yumbo-Valle): Neuropediatria

ANCIANATO MI CASA: Geriatria

JOAQUIN PAZ BORRERO: Consulta Externa I

CENTRO DE SALUD POPULAR: Comunidad

FISIOSPORT-LIGA VALLECAUCANA DE ATLETISMO: Rehabilitación Deportiva.

CLINICA RAFAEL URIBE URIBE: Consulta Externa II-Traumatologia-Neurología.

TCC (Transporte Comerciadora Colombiana): Salud Ocupacional

CLINICA RAFAEL URIBE URIBE: Rehabilitación cardiaca-pulmonar.

JgB S.A.: Proyección Laboral.

SEMINARIOS:

Postoperatorio en cirugía estética basada en Fisioterapia-2005

Movilización de tejido Neural- 2006

QUIÑONEZ JIMENEZ SHIRLEY

Estudiante X semestre Fisioterapia Fundación Universitaria Maria Cano, extensión Cali. Diplomado Actividad Física y Rehabilitación Deportiva.

Practicas Realizadas:

CASIN (Yumbo-Valle): Neuropediatria

ANCIANATO MI CASA: Geriatria

FUNDACION IDEAL: Consulta Externa I

CENTRO DE SALUD POPULAR: Comunidad

FEDEPESAS : Rehabilitación Deportiva.

CLINICA RAFAEL URIBE URIBE: Consulta Externa II-Traumatologia-Neurología.

PLASTICOS ESPECIALES S.A.: Salud Ocupacional

CLINICA RAFAEL URIBE URIBE: Rehabilitación cardiaca-pulmonar.

TUBOS DE OCCIDENTE S.A.: Proyección Laboral.

VERGARA CARDONA DIANA MARCELA

Estudiante X semestre Fisioterapia Fundación Universitaria Maria Cano, extensión Cali. Diplomado Actividad Física y Rehabilitación Deportiva.

Practicas Realizadas:

CASIN (Yumbo-Valle): Neuropediatría

ANCIANATO MI CASA: Geriatría

JOAQUIN PAZ BORRERO: Consulta Externa I

CENTRO DE SALUD POPULAR: Comunidad

FISIOSPORT-LIGA VALLECAUCANA DE ATLETISMO: Rehabilitación Deportiva.

CLINICA RAFAEL URIBE URIBE: Consulta Externa II-Traumatología-Neurología.

JgB S.A. : Salud Ocupacional

CLINICA RAFAEL URIBE URIBE: Rehabilitación cardiaca-pulmonar.

JgB S.A.: Proyección Laboral.

SEMINARIOS:

Movilización de tejido Neural- 2006

RESUMEN

El presente artículo se basa en la identificación de los factores intrínsecos y extrínsecos que puede predisponer a la presencia de lesión de esguince de tobillo en 9 jugadores de fútbol de la escuela Villa Real categoría juvenil en Santiago de Cali, Barrio la Rivera, de los cuales se interviene a través de un formato de evaluación fisioterapéutica, que sirve como herramienta para determinar los factores intrínsecos (mal alineamiento, debilidad muscular de miembros inferiores) en cuanto a los factores extrínsecos se toma como referencia el terreno del juego y tipo de calzado.

Palabras claves: Deporte y fisioterapia, el fútbol, anatomía de tobillo, lesiones esguince de tobillo, Factores intrínsecos y extrínsecos.

ABSTRACT

The present article is based on the identification of the intrinsic factors and extrinsic that can have to the presence of injury of sprain of ankle in 9 football players of the school Real Villa youthful category in Santiago Cali, District the Creek, of which it is taken part through a format of fisioterapéutica evaluation, that serves like tool to determine the intrinsic factors (badly alignment, muscular weakness of inferior members) as far as the extrinsic factors takes like reference the land from the game and type from footwear

INTRODUCCION

La práctica deportiva de fútbol se considera a nivel mundial como un pilar fundamental en los diversos niveles socioculturales en países como Europa y América Latina representando grandes ingresos económicos, creando altos números de aficionados que lo lideran y lo practican.

En Colombia existen escuelas de formación desde la infancia, categorías prejuveniles, juveniles y adultos que en conjunto tienen un objetivo en común ser competitivos; para ello se requiere de entrenamiento no solo a nivel físico sino emocional creando destrezas, habilidades y compromiso en el deportista. Siendo un deporte de alto impacto puede conllevar a lesiones osteomusculares de mayor incidencia el esguince de tobillo,¹ por tal motivo se debe partir de una detección temprana en los factores extrínsecos e intrínsecos que están expuestos los jugadores en su practica deportiva y así minimizar los factores que conllevan a este tipo de lesión deportiva.

El presente trabajo es enfocado en la detección en los jugadores de la escuela Villa real categoría juvenil A de los factores extrínsecos e intrínsecos que conllevan a la aparición del esguince de tobillo siendo la patología mas frecuente en esta practica deportiva desde el enfoque fisioterapéutico

DESCRIPCION DEL PROBLEMA

La escuela de fútbol Villa Real categoría Juvenil A cuenta con 30 deportista entre edades de 17-19 años quienes llevan realizando su práctica deportiva en la escuela en un promedio de 3 años liderados por entrenadores físicos que preparan para su campo competitivo a través de la táctica deportiva, gestos deportivos con el fin de obtener un equipo de alto rendimiento. Uno de los motivos de consulta médica por los deportistas de la escuela Villa Real categoría Juvenil A según datos estadísticos del presente año fue la presencia de esguince de tobillo evidenciado durante la práctica deportiva ²

Partiendo de que el fútbol es un deporte de alto impacto que conlleva a lesiones osteomusculares principalmente esguince de tobillo: “Entre el 65% y el 88% de las lesiones que se dan en los quipos de fútbol, ocurren en las extremidades inferiores. Son las zonas más afectadas las rodillas y los tobillos, siendo las lesiones más comunes los esguinces (ligamentos) y las lesiones por sobre esfuerzo (músculos / tendones)”³.

¹ GARY C. HUNT Fisioterapia del pie y del tobillo, editorial JIMS.1990. España p. 223

² Estadística de reporte de la escuela de Fútbol Villareal por incapacidad de esguince de tobillo.

³ Ortopedia Mainar. C/ Escultor Palao, número 22. 50017 Zaragoza. Disponible. www.ortoweb.com. acceso agosto 2006

Por tal motivo teniendo en cuenta que el esguince de tobillo es una lesión de mayor incidencia en esta práctica deportiva y relacionado con el equipo de la escuela Villa Real categoría A; surge la necesidad de identificar cuales son los factores intrínsecos y extrínsecos que están conllevando a esta lesión deportiva.

PROPUESTA METODOLOGICA

El presente trabajo se enfoca en un tipo de diseño descriptivo que permite analizar, identificar y describir cuales son los factores extrínsecos e intrínsecos que pueden conllevar a lesión esguince de tobillo en los jugadores de la escuela fútbol Villa Real categoría juvenil A .

Se realiza con 15 jugadores de la Escuela de Fútbol Villa Real categoría Juvenil que corresponde al 50% de la población, en el cual se incluyen 9 jugadores con antecedentes o sintomatología de esguince de tobillo y se excluyen 6 Jugadores que no presentan antecedentes o sintomatología de esguince de tobillo.

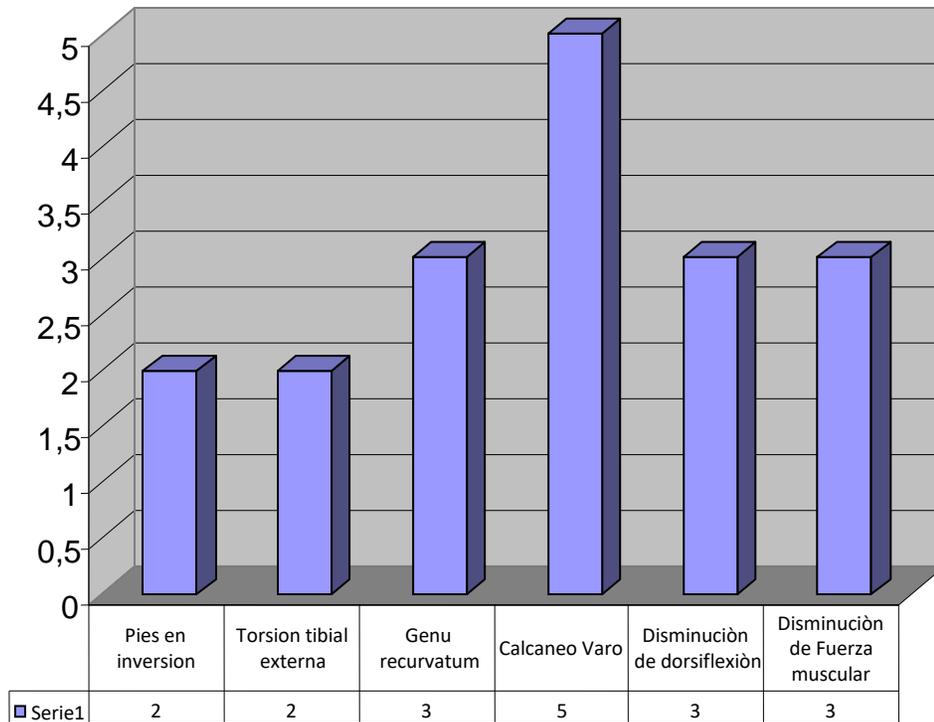
Para el desarrollo de este trabajo se tomo como base una evaluación fisioterapéutica: Comprende en una anamnesia, antecedentes de esguince de tobillo para detectar la incidencia; test de postura, test de flexibilidad, test de A.M.A. Y test de fuerza muscular en miembros inferiores, de esta manera detectar los factores intrínsecos de los jugadores.

Entrevista cerrada de determinantes de factores extrínsecos: tipo de terreno, calzado, entrenamiento.

DISCUSION

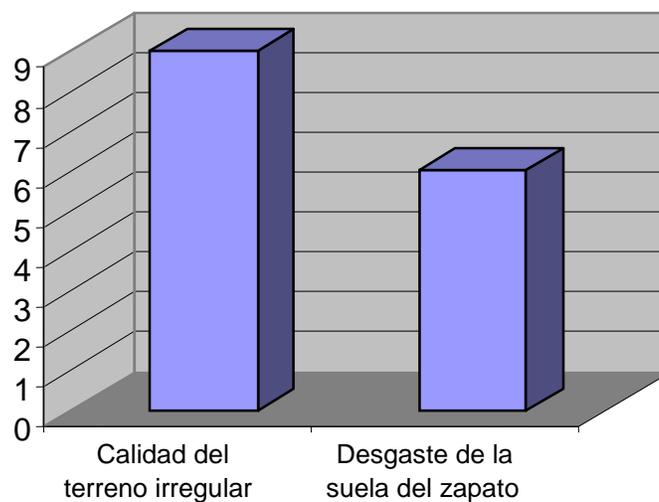
De los factores intrínsecos encontrados los más relevantes son el calcáneo varo continuado con genu recurvatum, disminución dorsiflexion y disminución de fuerza muscular siendo factores intrínsecos predisponentes a la aparición del esguince de tobillo en los jugadores de fútbol. (Ver grafica 1)

FACTORES INTRINSECOS RELEVANTES



Gràfica 1. Factores intrinsecos relevantes.

De los factores extrínsecos encontrados los más relevantes que puedan conllevar a la aparición del esguince de tobillo es el terreno irregular en donde practican su actividad deportiva. (Ver grafica 2)



Grafica 2. Factores Extrinsecos

CONCLUSIONES

Una de las principales lesiones presentes en los jugadores de la Escuela Villa Real categoría Juvenil A Santiago de Cali, es el esguince de tobillo detectado a través de los reportes por incapacidad de esta patología. Siendo frecuente en esta práctica deportiva.

Desde el enfoque fisioterapéutico y a través de las bases adquiridas durante el transcurso de la carrera se aplicó un formato para determinar los factores extrínsecos e intrínsecos que predisponen a la aparición de esguince de tobillo en los de fútbol Categoría Juvenil A.

La determinación de los factores extrínsecos e intrínsecos a través de los formatos aplicativos (ver anexo A) permitió la identificación de los factores intrínsecos y extrínsecos más relevantes:

Factores intrínsecos: Calcáneo varo, genu recurvatum, disminución de la dorsiflexión y de fuerza muscular de fibulares, tibial anterior y soleo
Factores extrínsecos: terreno irregular y desgaste del calzado.

La identificación de los factores intrínsecos y extrínsecos permitió como futuros fisioterapeutas detectar que estos factores en su conjunto pueden conllevar a la predisposición de esguince de tobillo.

Los resultados obtenidos generó impartir recomendaciones de los factores intrínsecos y extrínsecos teniendo en cuenta que algunos se pueden modificar para prevenir la incidencia de esguinces de tobillo en los jugadores de fútbol.

RECOMENDACIONES

FACTORES INTRINSECOS:

Realizar una evaluación fisioterapéutica de ingreso a los jugadores de la escuela Villa Real para detectar oportunamente posibles alteraciones osteoartromusculares.

Brindar entrenamiento apoyado con el equipo interdisciplinario fisioterapeuta, entrenador, médico deportólogo enfocado a las debilidades encontradas y así prevenir riesgo de esguince de tobillo.

Planear evaluaciones fisioterapéuticas semestrales para dar continuidad al buen desempeño del futbolista.

FACTORES EXTRINSECOS:

Verificar el terreno para que sea adecuado a la práctica deportiva.

Durante la práctica deportiva utilizar un calzado propicio para este tipo de Deporte.

En el entrenamiento deportivo unificar los tiempos de enfriamiento

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

A. DIRIX H. G. KNUGTTGEN Y K. TITTEL, Libro Olimpico de la Medicina deportiva ediciones Doyma. página 67

CALLET RENE, Síndrome Doloroso de Tobillo y pie, editorial Manual Moderno. página 31

ESTRADILLA FRANCO ANTONIO. Deporte y Sociedad. Barcelona, Salvat Editores, 1973, página 84

GARY C. HUNT Fisioterapia del pie y del tobillo, editorial JIMS.1990. España página. 223

GUSTILO, RAMÓN B.- FRACTURAS Y LUXACIONES.- 1 edición. 1995. Editorial Mosby. Vol II página 24

JURGEN WEINECK, Medicina Deportiva. LA ANATOMIA DEPORTIVA, editorial Paidotribo. página 46

KYLE RICHARD F. - Templeman David, Fracturas y Luxaciones, editorial Mosby/ Doyma 1995 página.1045

DOCUMENTOS DE INTERNET

ALVAREZ CAMBRAS RODRIGO. Revista Cubana de Ortopedia y Traumatología. Lesión de partes blandas en atletas-editorial ciencias medicas,13 de mayo del 2004. se encuentra en URL:<http://www.revistacubanaorttra/article17.html>.acceso: agosto 2006.

Deporte y salud. disponible: <http://www.deportesalud.com/> .acceso: septiembre 6 de 2006

Entrenamiento del fútbol. Lunes 24 abril, 2006 disponible: <http://www.entrenamientos.org/Article52.html>. acceso:Agosto 2006

Esguince De Tobillo disponible: www.imss.gob.mx/NR/rdonlyres/432AE663-DF2B-432E-892C-F32AF40BCDA/0/2004rm4205gc_esguince_tobillo.pdf acceso: Septiembre 6 de 2006

Fisioterapia del deporte. disponible http://www.wikipedia.org/wiki/Fisioterapia_del_Deporte acceso: septiembre 8 2006

Futbol disponible: <http://ww.es.wikipedia.org/wiki/Futbol> acceso: septiembre 8 2006

Historia de la Federación Colombiana de Fútbol..2005.disponible: <http://www.colfutbol.org/noticia.php?id=184>.acceso:agosto 2006

Mega Futbol disponible: <http://www.geocities.com/megafutbol1/historia.htm> acceso: Septiembre 8 de 2006

ORTOPEDIA MAINAR. C/ ESCULTOR PALAO, número 22. 50017 Zaragoza. disponible. <http://www.ortoweb.com>. acceso agosto 2006

TOVAR SÁNCHEZ MARIANA. Médica Fisiatra. Facultad de Salud. Universidad del Valle. Manejo De Esguinces De Tobillo En Jugadores De Fútbol. Corporación Deportiva América, Cali. Departamento de Medicina Física y Rehabilitación, disponible en: <http://www.colombiamedica.univalle.edu.co/VOL26NO3/esguinces.html>. acceso: septiembre 10 2006

VIRIBAY LORITE F, ÁLVAREZ CUETO B, PÉREZ VILLANUEVA N. Hospital Alvarez-Buylla. Mieres (Asturias). Las lesiones deportivas atendidas en el área de urgencias servicio de urgencias. disponible en http://www.semes.org/revista/vol17_6/2.pdf. acceso. septiembre 6 de 2006

OTROS DOCUMENTOS

TORO ALVARO. Estadística de reporte de la escuela de Fútbol Villareal por incapacidad de esguince de tobillo.Escuela de fútbol Villareal. 2006

2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1 DESCRIPCION DEL PROBLEMA

La escuela de fútbol Villa Real categoría Juvenil A cuenta con 30 deportista entre edades de 17-19 años quienes llevan realizando su práctica deportiva en la escuela en un promedio de 3 años liderados por entrenadores físicos que preparan para su campo competitivo a través de la táctica deportiva, gestos deportivos con el fin de obtener un equipo de alto rendimiento. Uno de los motivos de consulta médica por los deportistas de la escuela Villa Real categoría Juvenil A según datos estadísticos del presente año fue la presencia de esguince de tobillo evidenciado durante la práctica deportiva ⁴

Partiendo de que el fútbol es un deporte de alto impacto que conlleva a lesiones osteomusculares principalmente esguince de tobillo: “Entre el 65% y el 88% de las lesiones que se dan en los quipos de fútbol, ocurren en las extremidades inferiores. Son las zonas más afectadas las rodillas y los tobillos, siendo las lesiones más comunes los esguinces (ligamentos) y las lesiones por sobre esfuerzo (músculos / tendones)”⁵.

Por tal motivo teniendo en cuenta que el esguince de tobillo es una lesión de mayor incidencia en esta práctica deportiva y relacionado con el equipo de la escuela Villa Real categoría A; surge la necesidad de identificar cuales son los factores intrínsecos y extrínsecos que están conllevando a esta lesión deportiva.

⁴ Estadística de reporte de la escuela de Fútbol Villareal por incapacidad de esguince de tobillo.

⁵ Ortopedia Mainar. C/ Escultor Palao, número 22. 50017 Zaragoza. Disponible. www.ortoweb.com. acceso agosto 2006

