

ANÀLISI EPIDEMIOLÒGIC DE 125.251 LESIONS DE FUTBOLISTES DE LA MUTUALITAT DURANT CINC TEMPORADES



L'equip de metges de la Mutualitat Catalana de Futbolistes format per Ramon Cugat, Eduard Alentorn, Pedro Álvarez, David Barastegui, Marta Rius, Sebastian Grossi, i Ester Sala, van presentar en el darrer Congrés de la FIFA "The Future of Football Medicine", un estudi epidemiològic sobre les lesions més freqüents dels futbolistes de la Federació Catalana de Futbol, afiliats a la Mutualitat Catalana de Futbolistes. El Dr. Eduard Alentorn va ser l'encarregar de presentar aquest estudi científic del qual oferim les dades més significatives.

Introducció i proposta:

El futbol és l'esport més popular al món. S'estima que hi ha uns 300 milions de futbolistes actius al nostre planeta. Tot i que el futbol és un joc segur està amenaçat ja que les possibilitats de patir una lesió son força altes. El propòsit d'aquest estudi és descriure el tipus de lesió i observar la distribució de les lesions durant tota la temporada utilitzant un número de jugadors molt elevat que correspon al futbol amateur.

Metodologia de l'estudi:

La metodologia utilitzada per l'equip de la Mutualitat Catalana de Futbolistes dirigit per Ramon Cugat, va ser l'estudi entre les temporades 2011-2012 i 2015-2016 sobre les lesions dels jugadors afiliats a la Federació Catalana de Futbol. Les lesions van ser classificades segons la zona afectada anatòmicament. També es va tenir en compte el mes de l'any que els quals es van produir aquestes lesions.

Lesionats per temporada:

TEMPORADA	PARTICIPANTS	LESIONS
2011-2012	147.322	21.153
2012-2013	150.382	25.791
2013-2014	154.658	28.269
2014-2015	160.711	25.780
2015-2016	161.107	24.258

TOTAL DE 125.251 lesions durant aquestes cinc temporades a la Federació Catalana de Futbol atesa per la Mutualitat Catalana de Futbolistes.

Lesions més comuns:

LESIÓ	NÚM LESIONS	PERCENTATGE
CONTUSIONS	31.677	25,6 %
ESQUINÇ LLIGAMENTS	25.471	20,6%
MUSCULARS	11.484	9,3 %

Lesions per localització anatòmica:

LOCALITZACIÓ	NÚM. DE LESIONS	PERCENTATGE
Genoll	22.018	17.57 %
Dits del peu	17.113	13.66 %
Turmell	13.698	10.93 %
Cuixa	11.243	8.97 %
Cames	8.657	6.91 %
Mans	6.467	5.16 %
Cap	5.704	4.55 %
Canell	3.415	2.72 %
Espatlla	3.366	2.68 %
Avantbraç	2.318	1.85 %
Maluc	1.267	1.01 %

Colzeº	1.195	0.95 %
--------	-------	--------

Lesió concreta:

LESIÓ CONCRETA	NÚM. DE LESIONS	PERCENTATGE
Teixits tous del peu	13.426	10.71 %
Cartílag del genoll	7.759	6,19 %
Turmell LCL	6.419	5.12 %
Teixits tous de la cuixa	6.410	5.11 %
Teixits tous de la cama	6.228	4.97 %
Lligament creuat anterior	4.090	3.26 %
Cap i cara	3.838	3.06 %
Mal·lèol medial	3.043	2.42 %
Falanges del dits	3.009	2,40 %
Ròtula	2.914	2.32 %
Adductors	2.530	2.01 %
Espina lumbar	2.517	2 %

Períodes de l'any amb més lesions:

En general, la major part de les lesions que pateixen els jugadors són en Octubre i Novembre (inici de temporada al Setembre). Després de l'hivern, també augmenta el número de lesions de Gener al Maig (les temporades finalitzen al Juny).



Conclusió de l'estudi:

La lesió més comú en el futbol és la contusió. Però, el múscul i la lesió de lligament conjuntament expliquen la major part de les lesions en el nostre esport. El trencament del lligament creuat anterior és la lesió greu més comú, i la prevenció és fa molt necessària. Aquestes dades emfatitzen la necessitat de programes de prevenció d'aquesta lesió, particularment a principis de temporada.

