

# ELS JUVENILS PATEIXEN MES LESIONS DE CREUATS QUE NO PAS ELS CADETS

20 novembre, 2024



Partit del CAMPIONAT D'ESPANYA SUB 16, FASE d'OR entre CATALUNYA – NAVARRA al Estadio Antonio Fernandez Marchán de Guadalquivir, Cádiz, España el February 11, 2024. (Photo / Felipe Mondino)

Després de fer un seguiment de 3.800 jugadors de l'FCF afiliats a la Mutualitat de Futbolistes, els investigadors de l'Institut Cugat han arribat a la conclusió que els jugadors i jugadores juvenils es lesionen més que els jugadors i jugadores cadets.

L'estudi, que ha fet Alfred Ferrer, investigador de l'Institut Cugat i la Mutualitat de Futbolistes a Catalunya, revela que els jugadors cadets, en edats compreses entre els 14 i 15, és lesionen un 0,38 de cada cent jugadors, mentre que a la

categoria cadet, de 16 a 18 anys, la mitjana de lesions per cada cent jugadors s'incrementa al 0,86 %.

En el cas de les dones, es segueix la mateixa tònica però amb un gran increment de lesions a partir dels 14 anys. Fins a aquesta edat l'evolució entre nois i noies és similar en relació al trencament de LCA, però a partir dels catorze es quadripliquen els trencaments de LCA a les dones futbolistes.

Les dades ho confirmen. Les nostres jugadores cadets es lesionen amb un percentatge de 1,14% lesionades per cada cent jugadores. I a la categoria juvenil, aquesta xifra es duplica. És a dir, és lesionen 2,38 noies per cada cent jugadores.

La incidència en categories més joves no canvia. Es cert que cada dia hi ha més nois i noies petites que es lesionen de lligament, però el seu nombre tampoc és significatiu.

Des de la Mutualitat de Futbolistes, seguim recomanant la utilització del programa de prevenció de la FIFA 11 Plus, FIFA 11 Plus Kids per nen. Aquest és el programa de prevenció que ha demostrat un 50 per cent d'efectivitat a l'hora d'impedir els trencaments de LCA. Un programa de prevenció que no se sol utilitzar però que resoldria molts problemes de salut a molts joves jugadors i jugadores catalanes.