

# FACTORS DE RISC EN LA LESIÓ DEL LLIGAMENT ENCREUAT ANTERIOR



L'equip del Dr. Ramon Cugat ha realitzat un estudi sobre els factors de risc extrínsecs en la lesió de lligament encreuat anterior (LEA) després d'analitzar aquesta greu lesió durant tres temporades i mitja en jugadors de la **Federació Catalana de Futbol**.

L'estudi va ser presentat pel Dr. David Barastegui en l'últim Congrés Mundial "The Future of Football Medicine" (organitzat pel grup Isokinetic amb la col·laboració de la **FIFA** i el **FC Barcelona**) en nom de l'equip de la **Mutualitat Catalana de Futbolistes** que dirigeix el Dr. Ramon Cugat amb la col·laboració de tot el seu equip format per Pedro Álvarez, Gilbert Steinbacher, Eduard Alentorn, Marta Rius, Joaquin Boffa, Ester Sala i David Barastegui.

## **Introducció:**

La **Mutualitat Catalana de Futbolistes** és una entitat que pertany a la **Federació Catalana de Futbol** i és l'encarregada de la salut dels jugadors de futbol federats des de **1930**, sent una de les institucions més antigues en proporcionar una assegurança mèdica als futbolistes federats. La MCF atén aproximadament unes 25.000 lesions a l'any. Una de les lesions més greus i freqüents és la ruptura del lligament encreuat anterior (LEA) per la seva repercussió en inactivitat i recuperació funcional del lesionat. Els programes de prevenció i els anàlisis de factors de risc de la lesió del LEA

són essencials donat el període de baixa, el tractament quirúrgic i l'alt cost econòmic pel sistema mèdic (en molts països l'alt cost econòmic pel mateix pacient).

L'objectiu d'aquest estudi és examinar el mecanisme de lesió i els factors de risc extrínsecs (que no depenen del jugador) associats a la lesió amb la intenció de promoure programes de prevenció.

### **Mètode:**

Durant tres temporades i mitja es van avaluar tots els jugadors lesionats de LEA i operats per un dels equips (equip dr. Cugat) de la Mutualitat Catalana de Futbolistes.

Un total de **741 futbolistes federats amateurs i professionals (Tegner 9-10) van ser examinats des de la temporada 2013-2014** fins desembre de la temporada 2016-2017. És va crear una base amb dades com el sexe, lateralitat, dominància, mecanisme de la lesió, tipus de terreny de joc on es van lesionar, calçat esportiu, posició dins de l'equip, moment de la temporada, si la lesió va ser en competició o entrenament i el minut de la lesió en el partit.

### **Conclusions:**

- Les noies es lesionen 3 vegades més que els nois.
- El nivell de la competició, el moment de la temporada i la posició en el camp dels jugadors són variables que influeixen a l'hora d'evitar la lesió del lligament creuat anterior tant en futbol 11 com en futbol sala.
- El mecanisme indirecte (sense contacte) és la causa més freqüent de les lesions però no està associada a la cama dominant.
- Proporcionalment, hi ha molts més lesions de lligament encreuat anterior en jugadors de futbol 11 que en el futbol sala: el terreny de joc (camps de futbol, parquet) i la forma del joc marquen la diferència.
- Sobre la relació entre la superfície del camp (gespa artificial) i els tacs de la bota encara no hi ha evidència científica que els assenyalin com a factors determinants per la lesió de lligament creuat anterior.

- El moment de la temporada influeix en els percentatges de lesions tant en jugadors com en jugadores amb més lesions els 2 mesos aproximadament rere els períodes vacacionals.