Las mujeres futbolistas sufren menos lesiones que los hombres: Por Isabel Lantigua



Según la FIFA (la Federación Internacional de Asociaciones de Fútbol) en la actualidad hay 21 millones de mujeres registradas como futbolistas profesionales. Aunque diversos estudios habían señalado que estas deportistas registraban más problemas en la rodilla y en el ligamento cruzado anterior que los varones, el último trabajo al respecto, publicado en 'British Journal of Sports Medicine', indica que, en general, las mujeres que juegan al fútbol se lesionan menos que los hombres.

Unos investigadores de Estados Unidos han examinado a 202 jugadoras pertenecientes a ocho equipos distintos durante dos temporadas (2001-2003) de la liga de fútbol femenino de EEUU. En este tiempo detectaron un total de 173 lesiones en 110 de las futbolistas, lo que significa que el 55% de las jugadoras profesionales sufrió algún percance durante los partidos.

En cuanto a los tipos de lesión, el estudio recoge que las torceduras (30,7%), los esguinces (19,1%), las contusiones (16,2%) y las fracturas (11,6%) son las más comunes y que las rodillas (31,8%) y la cabeza (10,9%) son las partes del cuerpo que más sufren los percances de este deporte, seguidas de los tobillos y los pies (con el 9’3%. de las lesiones respectivamente). El 60% de las lesiones producidas en el campo de fútbol afecta a las extremidades inferiores.

Respecto a la gravedad de las lesiones, 142 (82%) de las 173 que se registraron fueron

calificadas como graves mientras que 28 (16%) fueron crónicas.

Otro de los datos que revela esta investigación, el primer estudio prospectivo que se realiza en mujeres futbolistas, es que las profesionales sufren más lesiones al final de la temporada que al comienzo de la misma. Según los autores del trabajo esto podría deberse a un aumento en la intensidad del juego para lograr que el equipo acabe la competición en el mejor puesto posible.
El fútbol, el que más lesiones genera

Parece que el deporte rey es el que más 'quebraderos' de cabeza genera en torno a las lesiones. Según un estudio, publicado recientemente en 'Archives of Disease in Childhood', los futbolistas, independientemente de la categoría en la que compitan, tienen muchas más posibilidades de sufrir una lesión que los gimnastas, los tenistas o los nadadores.

Expertos de dos universidades del Reino Unido y una de Canadá han seguido el parte de lesiones de 203 participantes durante 10 años. De éstos, 155 practicaban el tenis, 119 la gimnasia, 114 eran nadadores y 65 (todos varones) jugaban al fútbol. En ese periodo de seguimiento casi las dos terceras partes de los jugadores de fútbol (el 63,3%) había tenido alguna lesión, frente al 28,1% de los nadadores.

Comparados con los nadadores, los futbolistas tuvieron cinco veces más lesiones en el periodo comprendido entre 1990 y el año 2000. La gravedad de la lesión fue mayor cuanto más elevado y exigente era el grado de competición.

por Alejandro Luis Trionfini

FÚTBOL
Paso a Paso