



ORIGINAL

Lesiones y personalidad en el deporte de competición

R. Berengüi^a, E.J. Garcés de Los Fayos^{a,*}, J. Almarcha^b y E. Ortega^c

^aUnidad de Psicología del Deporte, Universidad de Murcia, Murcia, España

^bCentro de Alto Rendimiento «Infanta Cristina», Los Narejos, España

^cCiencias del Deporte, Universidad Católica San Antonio, Murcia, España

Recibido el 20 de mayo de 2009; aceptado el 4 de septiembre de 2009
Disponible en Internet el 2 de abril de 2010

PALABRAS CLAVE

Lesiones deportivas;
Personalidad;
Deporte competitivo

KEYWORDS

Sport's injuries;
Personality;
Competitive sport

Resumen

Las lesiones son acontecimientos usuales en la práctica del deporte, tanto en su orientación recreativa como en su vertiente de competición. El objetivo de este estudio ha sido analizar la ocurrencia de lesiones a lo largo de una temporada en 48 deportistas de tres modalidades competitivas: lucha olímpica, piragüismo y taekwondo. Todas las lesiones registradas se clasificaron según su localización anatómica, diagnóstico y gravedad, al tiempo que se atendió a las molestias físicas del deportista. Otra parte de la investigación pretende relacionar las lesiones con características de personalidad del deportista a través del cuestionario de personalidad de Eysenck y Eysenck. Los resultados muestran una proporción de lesiones mayor en los hombres que en las mujeres, siendo las más usuales las lesiones leves en las extremidades inferiores. El taekwondo es el deporte que acumula mayor número de lesiones, y la tendinopatía de hombro es la más acontecida, especialmente en el piragüismo. De las molestias físicas sobresalen las sobrecargas en el cuello, las lumbares y el muslo. También se obtiene una correlación positiva entre el número de lesiones y las puntuaciones en la dimensión de personalidad neuroticismo. Finalmente, se discuten estos aspectos.

© 2009 Asociación Española de Fisioterapeutas. Publicado por Elsevier España, S.L. Todos los derechos reservados.

Injuries and personality in competitive sports

Abstract

Injuries are usual events in sports, both when they occur in recreational sports and in competition. This study has aimed to analyze the occurrence of injuries throughout one season in 48 athletes practicing 3 different competitive sports: Olympic Wrestling, Canoeing and Taekwondo. All of the injuries recorded were classified according to their anatomical location, diagnosis and severity while treating the athlete's physical

*Autor para correspondencia.

Correo electrónico: garces@um.es (E.J. Garcés de Los Fayos).

discomfort. Another part of the research has aimed to link the injuries with the athlete's personality characteristics using the questionnaire EPQ of Eysenck and Eysenck. The results show a higher proportion of injuries in men than in women, the most common ones being minor injuries in lower limbs. Taekwondo is the sport that has the greater number of injuries, and shoulder tendon injury occurs the most, especially in canoeing. Regarding physical discomfort, overloads in the neck, lumbar and thigh stand out. A positive correlation is also obtained between the number of injuries and scores on the personality dimension of personality neuroticism. Finally, we discuss these aspects.

© 2009 Asociación Española de Fisioterapeutas. Published by Elsevier España, S.L. All rights reserved.

Introducción

La práctica deportiva ha registrado con el paso del tiempo un continuo ascenso en número de participantes, tanto a nivel recreacional como competitivo, y en todos los rangos de edad. Lógicamente, este incremento de practicantes lleva ineludiblemente asociada una mayor incidencia de lesiones deportivas. Las lesiones son experiencias altamente desagradables para los practicantes de deporte y actividades físicas, teniendo un efecto negativo en la salud del deportista, en el entrenamiento y en el funcionamiento competitivo¹. Pueden ser definidas de diversas formas: en términos de los problemas médicos asociados, mediante la valoración de su gravedad o severidad, de la pérdida de tiempo que producen o la interrupción en la vida normal del lesionado, en términos de su frecuencia y considerando la modificación en las actividades del lesionado que requieren².

Finch advierte de la necesidad de investigar las lesiones deportivas, puesto que ya no son consideradas como ocurrencias aleatorias o casuales, y conllevan una serie de factores de riesgo asociados o una predisposición del individuo³. De entre los distintos factores de riesgo que pueden producir la lesión, usualmente suelen considerarse dos categorías^{4,5}: factores internos y externos. Con factores internos o intrínsecos del deportista hacemos referencia a los medicofisiológicos, biomecánicos y psicológicos, o relacionados con el deportista. Por su parte, los factores externos o extrínsecos al deportista pueden ser la conducta de los otros y los factores deportivos o relacionados con el ambiente.

A lo largo del tiempo y aún hoy en día, la literatura médica al respecto ha centrado toda su atención en los aspectos físicos de la lesión, ignorando los aspectos psicológicos. Mediante el examen de los fundamentos físicos y los factores biomecánicos se ha llegado a la conclusión de que estas variables por sí solas no pueden dar cuenta de todas las lesiones que acontecen⁶⁻⁸. Es por esto que cada vez son más considerados como relevantes los aspectos psicológicos y sociales, como el estrés, la presión ejercida por el entorno o la personalidad del deportista, entre otros. De ahí nuestro interés por acercarnos al estudio de las lesiones deportivas las posibles relaciones que éstas guardan con los correlatos psicológicos.

Los objetivos de esta investigación son los siguientes:

- Analizar la ocurrencia de las lesiones en jóvenes deportistas de tres modalidades de competición a lo

largo de una temporada completa. En concreto, la frecuencia, la gravedad, la localización y el tipo específico de las lesiones.

- Explorar dichas lesiones en su relación con características de personalidad del practicante.

Material y método

Se realizó un diseño descriptivo, transversal y correlacional⁹. La muestra estuvo integrada por el total de deportistas que durante toda la temporada 2007/2008 estuvieron internos en el Centro de Alto Rendimiento «Infanta Cristina» de Los Narejos (Murcia). En concreto fueron 48 jóvenes deportistas de tres modalidades diferentes. El rango de edad comprendía entre los 15–20 años, siendo la media de 17,19 años y la desviación típica de 1,16. Por deportes, hay una mayoría de sexo masculino en lucha olímpica (12 hombres y una mujer) y en taekwondo (10 hombres y 5 mujeres). Por el contrario, en piragüismo se encontraron más mujeres que hombres (13 mujeres y 7 hombres).

Las variables objeto de estudio fueron las siguientes: a) lesión deportiva y b) personalidad.

Para clasificar las lesiones deportivas se siguieron tres criterios de clasificación: gravedad de la lesión, localización de ésta y diagnóstico.

En primer lugar, se dividieron las lesiones por gravedad de dicha lesión, siguiendo las categorías propuestas por diferentes autores¹⁰⁻¹³. Atendiendo a este sistema de clasificación las lesiones pueden agruparse en:

- Menor o leve: lesión que no impide al deportista volver a la práctica efectiva en el plazo de una semana desde el día de comienzo.
- Moderada: lesión que permite al deportista regresar a la práctica deportiva entre los 8–21 días desde el momento en que se produjo la lesión.
- Mayor o grave: lesión que impide al deportista volver a la práctica de entrenamiento y competición antes de 21 días desde su inicio.

Además, hemos añadido la categoría de lesiones muy graves para hacer referencia a lesiones que mantienen al deportista de baja en su práctica habitual más de seis semanas desde el inicio de la lesión. Decidimos ajustar este sistema de clasificación tras consultar con diferentes especialistas en medicina deportiva, que consensuaron como lesiones muy graves, por su alta duración de baja y

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/2628033>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/2628033>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)