



ORIGINAL

## Prevalencia de dolor de tobillo en futbolistas de competición: estudio piloto transversal

E. Pérez Costa<sup>a,\*</sup>, M. Torres Lacomba<sup>b</sup> y C. Gutiérrez Ortega<sup>c</sup>

<sup>a</sup> Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad de Alcalá, Alcalá de Henares, Madrid, España

<sup>b</sup> Grupo de Investigación Fisioterapia en los Procesos de Salud de la Mujer, Unidad docente de Fisioterapia, Universidad de Alcalá, Alcalá de Henares, Madrid, España

<sup>c</sup> Departamento de Epidemiología, Medicina Preventiva, Hospital Central de la Defensa «Gómez Ulla», Madrid, España

Recibido el 5 de agosto de 2015; aceptado el 19 de enero de 2016

### PALABRAS CLAVE

Fútbol;  
Dolor de tobillo;  
Prevalencia;  
Dolor

### Resumen

**Objetivos:** Conocer la prevalencia de dolor de tobillo en una población compuesta por jugadores de fútbol de competición, así como las características de este dolor, y su relación con factores antropométricos y deportivos.

**Participantes y métodos:** Estudio piloto de prevalencia realizado entre los meses de enero y marzo del año 2015. Participaron 135 futbolistas varones, con una media y desviación estándar de 21 ( $\pm 3,1$ ) años, que competían en Madrid de forma federada desde el inicio de la temporada, y que acudieron al entrenamiento el día del estudio. Se excluyeron aquellos jugadores que estuvieran inactivos en el momento del estudio, aquellos que hubieran sufrido una fractura en la pierna o en el tobillo en el último año y los que no comprendieran adecuadamente el castellano.

**Resultados:** El 23% de la muestra refirió sufrir dolor en el momento del estudio. El dolor de tobillo mostró relación estadísticamente significativa con un historial previo de dolor a lo largo de la carrera deportiva del futbolista ( $p < 0,001$ ), y con la realización de estiramientos del miembro inferior tras el entrenamiento ( $p = 0,038$ ), siendo más prevalente este dolor en futbolistas que realizaban estiramientos tras la práctica deportiva.

**Conclusiones:** El dolor de tobillo es un problema frecuente y repetitivo en los futbolistas de competición. Este dolor se ha relacionado con historial previo de dolor y ha mostrado una mayor prevalencia en aquellos jugadores que realizan estiramientos. Además, el dolor ha mostrado características generales como la unilateralidad en la aparición, la asociación con el golpeo de balón y el carácter agudo en cuanto a tiempo de evolución se refiere.

© 2016 Asociación Española de Fisioterapeutas. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

\* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: [Edu.perez.93@hotmail.com](mailto:Edu.perez.93@hotmail.com) (E. Pérez Costa).

<http://dx.doi.org/10.1016/j.ft.2016.01.001>

0211-5638/© 2016 Asociación Española de Fisioterapeutas. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

## KEYWORDS

Football;  
Ankle pain;  
Prevalence;  
Pain

## Ankle pain prevalence in professional football players: A cross-sectional pilot study

### Abstract

**Objectives:** The purpose of this study was to determine the prevalence of ankle pain in professional football players, and to observe the pain characteristics and their relations with anthropometric and sport factors.

**Participants and methods:** A cross-sectional study was performed between January and March 2015. Being a competitive football player since the beginning of the season and going to the training on the suggested day were the inclusion criteria. Football players who were inactive at the moment of the study, who had suffered a leg or ankle fracture during last year, and who didn't have Spanish language comprehension enough to fill out the questionnaire were excluded from the study.

**Results:** The 25% of the sample reported ankle pain. This pain showed statistically significant relation with a previous episode of ankle pain ( $P<0.001$ ) and doing stretching after the training ( $P=0.038$ ).

**Conclusions:** Ankle pain has been watched as a usually and repetitive problem in professional football players. This pain has shown a statistically significant relation with a previous episode of ankle pain in the history of the player and with making stretching after the train. Otherwise, ankle pain appears usually unilateral, related to kicking the ball and with less than 3 months of evolution time.

© 2016 Asociación Española de Fisioterapeutas. Published by Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

## Introducción

La articulación del tobillo en el fútbol se ha mostrado siempre como una de las principales zonas de lesión<sup>1-4</sup>. Si bien los estudios de incidencia en esta articulación son abundantes<sup>1-6</sup>, no se han encontrado estudios sobre la prevalencia de dolor de tobillo en los futbolistas.

Generalmente, el dolor en esta articulación presenta un carácter crónico, y suele aparecer tras un esguince que no ha terminado de recuperarse adecuadamente<sup>7</sup>. Estudios llevados a cabo en la población general en países europeos como España, Holanda y Francia<sup>8-10</sup>, han mostrado cifras de prevalencia para este tipo de dolor de entre el 20-44% de la población.

En el ámbito del fútbol, y desde un punto de vista biomecánico, el tobillo desempeña un papel importante dentro de la práctica de este deporte. Los estudios sobre biomecánica en el fútbol se han centrado habitualmente en estudiar el golpeo de balón<sup>11,12</sup>, por ser la acción que diferencia a este deporte de otros como pueden ser el baloncesto, el balonmano o el voleibol.

El tobillo adopta distintas posiciones a lo largo de la acción de golpeo<sup>11-13</sup>. Durante las fases preparatorias, acompaña a la cadera y rodilla en sus respectivos movimientos, adoptando, justo en el momento previo al golpeo, una posición de flexión plantar y aducción de 12°<sup>12</sup>. Esta posición del tobillo en el momento del golpeo de balón, supone un fuerte y repetitivo estrés en la cápsula anterior<sup>11</sup>, que podría estar relacionado con el pinzamiento anterolateral del tobillo en los futbolistas.

En los estudios hallados sobre dolor de tobillo en los futbolistas, este se ha relacionado principalmente con el pinzamiento antero-lateral de la articulación<sup>13,14</sup>. De hecho, en el

ámbito de la medicina ortopédica y deportiva, esta alteración se conoce popularmente con el sobrenombre de «tobillo del futbolista» por aparecer en estos deportistas, sobre todo, en sujetos ya retirados de la práctica deportiva<sup>13,14</sup>.

A diferencia de deportes como el baile o la carrera<sup>15-18</sup>, la prevalencia de dolor de tobillo, así como las características de este son desconocidas actualmente en los futbolistas.

Por todo lo expuesto, el presente estudio pretende conocer la prevalencia de dolor en la articulación del tobillo en futbolistas de competición, así como las posibles relaciones de este dolor, cuando estuviera presente, con factores antropométricos y deportivos.

## Participantes y métodos

### Diseño

Estudio piloto transversal de prevalencia realizado entre enero y marzo de 2015.

### Participantes

La población de estudio estuvo compuesta por 9 equipos masculinos adscritos a la Federación de Fútbol Madrileña. Se realizó un muestreo consecutivo no probabilístico en equipos de categorías sénior y juvenil de la modalidad de «Fútbol 11». Todos aquellos futbolistas que estaban compitiendo de forma federada desde el comienzo de la temporada, que acudieron al entrenamiento el día en que se distribuyó el cuestionario, y que estaban en activo en el momento del estudio fueron incluidos en el mismo. Se excluyeron todos aquellos jugadores que estuviesen inactivos en el periodo

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/5563810>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/5563810>

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