Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://comsoc.udg.mx)

Crece número de lesiones relacionadas con el deporte

Hoy se practica más deporte, pero falta cultura para hacerlo de manera adecuada, advierte especialista

Más de 600 consultas a lesionados relacionadas con el deporte son atendidas al año en el Instituto de Ciencia Aplicada a la Actividad Física y el Deporte [1], del Centro Universitario de Ciencias de la Salud (CUCS), [2] afirmó el doctor Armando Tonatiuh Mondragón Rodríguez, encargado de Medicina de Alto Rendimiento de los equipos deportivos de la UdeG en dicho instituto, durante rueda de prensa para informar sobre el Módulo de Actividad Física y Deporte del XIX Congreso Internacional Avances en Medicina, Hospital Civil de Guadalajara (CIAM 2017) [3].

El médico señaló que el número de lesionados por practicar un deporte se ha incrementado en los últimos cinco años: aproximadamente 20 por ciento por año. Este fenómeno está relacionado con que se ha extendido la cultura de practicar deporte en nuestra sociedad y la gente tiene más posibilidades de ejercitarse. El problema es que muchas veces no se practica de manera adecuada, subrayó.

Mondragón Rodríguez explicó que la mayoría de los lesionados, atendidos en el instituto, tienen que ver con una mala práctica deportiva y la minoría a accidentes fortuitos al ejercitarse. Las lesiones principales relacionadas con el deporte son de la extremidad inferior. Las articulaciones con más afectaciones son: rodilla y tobillo, después le siguen columna, hombro y codo, y en último lugar cadera y manos, lo que puede generar incapacidades funcionales que limitan al paciente a hacer sus actividades cotidianas como caminar o sus tareas laborales.

Dijo que para practicar deporte de manera adecuada debe de considerarse el tipo de calzado y ropa necesario para cada deporte y según la superficie sobre la que las personas se ejercitan; también, la gente debe seguir una rutina deportiva prescrita por entrenadores, preparadores físicos o médicos del deporte.

El galeno especificó que en el caso del volibol y el basquetbol, el calzado deportivo tiene que proteger el tobillo, tener un soporte para la articulación a fin de que tenga una mayor estabilidad y reduzca el riesgo de sufrir un esguince; si se practica en duelas, la suela del calzado tiene ser diferente a la que requiere una superficie de cemento.

Informó que el Instituto de Ciencia Aplicada a la Actividad Física y el Deporte ofrece consultas de traumatología y ortopedia, rehabilitación, nutrición, cardiología y evaluaciones morfofuncionales como las que se les practican a los atletas de alto rendimiento.

El CIAM 2017 se realizará del 23 al 25 de febrero de 2017. El tema del Módulo de Actividad Física y Salud es “La medicina regenerativa en las lesiones deportivas”. Mayor información en la página http://187.174.170.2:5656/ciam/2017/web/index.php [3]

La rueda de prensa fue encabezada por los doctores Horacio Radillo Morales, presidente ejecutivo del

CIAM 2017; Juan Ricardo López Taylor, coordinador del Módulo de Actividad Física y Salud; y Jesús Ignacio Cardona Muñoz, quien será homenajeado durante el congreso.

A T E N T A M E N T E
"Piensa y Trabaja"
Guadalajara, Jal., 18 de enero 2016

Texto: Martha Eva Loera
Fotografía: Gustavo Alfonzo / Jorge Alberto Mendoza / José María Martínez

Etiquetas:
Armando Tonatiuh Mondragón Rodríguez [4]

URL Fuente: https://comsoc.udg.mx/noticia/crece-numero-de-lesiones-relacionadas-con-el-deporte

Links
[1] http://www.cucs.udg.mx/instituto-de-ciencias-aplicadas-la-actividad-fisica-y-deporte-icaafyd
[2] http://www.cucs.udg.mx/
[3] http://187.174.170.2:5656/ciam/2017/web/index.php
[4] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/armando-tonatiuh-mondragon-rodriguez