

ATENCIÓN URGENTE DE LAS LESIONES OSTEOMUSCULARES DE ORIGEN DEPORTIVO



Autoras: Cristina Gómez Enríquez y M^a José Rodríguez Rodríguez
Servicio de Urgencias General del hospital de Jerez

Introducción

En los últimos años se ha incrementado significativamente el número de personas que practican ejercicio físico. La práctica deportiva confiere considerables beneficios para la salud pero también implica una serie de riesgos cuyo exponente principal es la lesión osteomuscular. Actualmente en los servicios de Urgencias hospitalarios ha aumentado la frecuentación de personas que han sufrido alguna lesión provocada por la práctica deportiva. El tipo de lesiones está directamente relacionado con el deporte que se practica y la tipología de las lesiones se adapta a las características y costumbres de la población de estudio.

Objetivo

Conocer las lesiones más frecuentes que se producen en nuestro ámbito debido a la práctica deportiva y las circunstancias asociadas para poder prevenir y minimizar la incidencia de tales lesiones.

Método

Estudio descriptivo observacional retrospectivo de una muestra de 384 pacientes atendidos en Urgencias General del hospital de Jerez por lesiones deportivas desde el 1 de enero hasta el 30 de abril del 2018.

Criterio de inclusión: ser paciente de Urgencias que entra en el circuito de Trauma por lesión deportiva.

Criterios de exclusión: ser menor de 14 años.

Muestreo aleatorio simple.

Variables: Género, Edad, Tipo de deporte, Tipo de lesión y Localización.

Recogida de datos: Revisión retrospectiva de historias clínicas digitales de la aplicación DIRAYA-URGENCIAS

Análisis de datos: EPIDAT 4.2

Proyecto autorizado por el Comité de Ética y por la Dirección del Hospital.

Resultados

El 82,29 % de la muestra estudiada son varones.

El 75,77% tienen 35 años o menos.

El fútbol es el causante del 29,68% de las lesiones deportivas, seguida de ciclismo (13,28%) y baloncesto (11,71%).

Las contusiones (33,07%) y lesiones ligamentosas (26,82%) son las más frecuentes.

Las lesiones en miembros inferiores suponen un 52,34%.

	Fractura	Luxación	Tendinopatía	Ligamentosa	Muscular	Heridas	Contusión	
MMII	6	1	3	98	18	13	62	201
MMSS	17	5	34	5	8	11	46	126
Tronco	2	0	0	0	27	2	6	37
Cabeza	1	0	0	0	0	6	13	20
	26	6	37	103	53	32	127	384

Conclusiones

1. La gran mayoría de lesionados son varones, posiblemente, porque también practican más deporte.
2. Predominan los menores de 35 años.
3. El fútbol es, con diferencia, el deporte que más lesiones osteomusculares origina, también es uno de los deportes más practicados en nuestro ámbito.
4. El tipo de lesión que se produce con más frecuencia es la contusión y, en segundo lugar, las lesiones ligamentosas.
5. Los miembros inferiores son las zonas anatómicas que más se lesionan y son las lesiones ligamentosas las que predominan en esta localización. Los esguinces de tobillo y de rodilla son los más frecuentes.
6. Una medida preventiva podría ser la utilización de tobilleras y rodilleras durante la práctica deportiva en aquellas personas que sean susceptibles de padecer esguinces de repetición y esa es una de las recomendaciones que la enfermera de Urgencias puede ofrecer.

BIBLIOGRAFÍA:

Browne G J, Barnett PL. Common sports-related musculoskeletal injuries presenting to the emergency department. J Paediatr Child Health. 2016; 52 (2): 231-6.

García C, Albadalejo R, Villanueva R, Navarro E. Deporte de ocio en España: epidemiología de las lesiones y sus consecuencias. Apunts. Educación Física y Deportes. 2015; 119: 62-70.

Pujals C, Rubio V J, Márquez M O, Sánchez I, Ruiz-Barquín R. Comparative sport injury epidemiological study on a Spanish sample of 25 different sports. Journal of Sport Psychology. 2016; 25(2):271-279.