

RESUMENES

Título: Propuesta de batería de ejercicios físicos como profilaxis de las lesiones de hombro en karatecas.

Autore(s):

* **Alejandro Ricard Jiménez;** **Lesbia María Jiménez Pascual.

*Licenciado en Cultura Física, Master en Cultura Física Terapéutica y Profiláctica. Fisioterapeuta del equipo nacional de karate. e-mail:

alejandroricard@infomed.sld.cu

Calle 10, #120, Entre 100 y 14, Rpto Embil, Boyeros, La Habana, Cuba.

**Licenciada en Cultura Física, Master en Cultura Física Terapéutica, Doctora en Ciencias de la Cultura Física, Profesora Auxiliar. Fisioterapeuta del equipo nacional de Pelota Vasca. e-mail: henryjp@inder.cu

Calle 10, #120, Entre 100 y 14, Rpto Embil, Boyeros, La Habana, Cuba.

Modalidad. Tema libre

Resumen:

El karate es un deporte en el que los miembros superiores tienen una gran participación. El hombro es la articulación más móvil del organismo, su movilidad se debe a las características anatómicas de la articulación glenohumeral, que por sí misma la convierten en inestable. El desbalance muscular en dicha articulación es una de las causas de lesión en los karatecas de la selección nacional. En el siguiente trabajo se realiza un estudio en los atletas del equipo nacional cubano para determinar la influencia de la aplicación de una batería de ejercicios físicos como profilaxis de las lesiones de hombro, la cual resultó ser una de las más frecuentes en esta población. La aplicación tuvo lugar en el periodo de preparación con vistas a los Juegos Centroamericanos y del Caribe que se celebraron en Veracruz, México en el año 2014. Al concluir el estudio dio como resultado que los atletas mejoraron significativamente la fuerza muscular en los músculos de la cintura escapular y no presentaron lesiones de hombro en la finalización de la preparación, aspecto que con anterioridad siempre se manifestaba. La validación de la propuesta se realizó mediante el criterio de expertos. La aplicación de la batería de ejercicios se realizó con un mínimo de recursos por lo que es factible su aplicación en todos los gimnasios de combate

del país. Se propone se extienda su aplicación a todas las enseñanzas del deporte.

Palabras claves: Ejercicios Físicos. Profilaxis. Lesión de hombro.

Título: Prevenir para ganar: una estrategia de la fisioterapia en el rendimiento deportivo.

Autores:

A. Villaquiran Hurtado, Universidad del Cauca, Edificio de la Facultad Ciencias de la Salud, Carrera 6 No. 13 – 50, Oficina 201, Popayán- Colombia, correo electrónico: fisioterapia@unicauca.edu.co, andresvillafisio@hotmail.com.

Candidato a Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el deporte, Universidad Europea de Madrid- Magister en Intervención Integral en el Deportista, Universidad Autónoma de Manizales- Fisioterapeuta, Universidad del Cauca Docente Programa de Fisioterapia y Licenciatura en educación básica con énfasis en educación física, recreación y deporte, Universidad del Cauca, investigador del Grupo Movimiento Corporal Humano y Calidad de Vida del Programa de Fisioterapia Universidad del Cauca.

Modalidad: tema libre.

Resumen:

La lesión deportiva es uno de los hechos más relevantes en el mundo deportivo, no solo por las consecuencias a nivel de la salud deportiva del atleta, sino también por los efectos que trae en términos económicos, sociales, culturales y políticos. La lesión deportiva es considerada por muchos autores; como la imposibilidad que tiene el atleta de expresar su capacidad a un alto grado de rendimiento, por pérdida de la capacidad funcional al menos por 24 horas, causado por un traumatismo directo o por sobrecarga. Múltiples factores intrínsecos como extrínsecos han sido asociados a la incidencia de lesión en las diferentes disciplinas deportivas, tales como: imbalances musculares, déficit en la estabilidad, equilibrio, coordinación, flexibilidad y fuerza excéntrica, alteraciones lumbo pélvicas, control postural funcional y aspectos psicológicos del deportista. La intención de esta temática, es dar a conocer la experiencia y la importancia de los programas de prevención de lesiones y fisioprofilaxis, en el control de las

causas intrínsecas de lesión, el mejoramiento de la salud deportiva y la influencia sobre el performance deportivo, a través del entrenamiento funcional, entrenamiento del Core, flexibilidad, propiocepción, fuerza y coordinación neuromuscular en medios controlados, con acciones similares de Juego que le permitan al atleta de alto rendimiento a tomar decisiones correctas de forma constante, que mejoren la eficiencia del movimiento en términos de calidad y cantidad en medios no controlados.

Palabras claves: lesión deportiva, prevención, rendimiento deportivo, fisioterapia deportiva

TITULO: Cadenas miotensivas, enfoque holístico de la osteopatía.

Autor:

Lic. Camilo Llorca Rubio*.

***Licenciado en tecnología de la salud. Fisioterapeuta del equipo nacional de Pentatlón Moderno)**

Calle 10 #120 entre 100 y 14.Rpto Embil.Boyerros.La Habana.Cuba
camilollorca@infomed.sld.cu

Modalidad: Conferencia temática

Resumen

Con esta conferencia deseamos abordar, acerca de la real necesidad de conocer y aplicar, la visión holística e integradora que nos ofrece la osteopatía, a través de las cadenas miotensivas ,las cuales asumen una gran responsabilidad en las alteraciones estructurales, químicas ,emocionales y energéticas. Los conceptos miotensivos han revolucionado el mundo de las terapias manuales como génesis de las cadenas lesionales. Diversos autores y osteópatas como Leopold Bousquet, Mezieres, Dreyfus entre otros, han desarrollado por años este sistema de cadenas miotensivas enfatizándose la importancia de las cadenas miofasciales.Por más de 15 años he trabajado con este método obteniendo magníficos resultados sobre todo en pacientes con Fibrosis Quística. Durante 6 años he aplicado este método en la medicina del deporte, con resultados positivos. En estos momentos realizamos una investigación donde demostramos la alta incidencia del espasmo del psoas ilíaco como líder de la cadena miotensiva recta anterior y protagonista

en el 80% de las cadenas lesionales presentes en nuestros atletas de alto rendimiento mediante la clínica y la imagenología.

Palabras Claves: Miotensiva, holística, Miofascial, Kinesiología Aplicada.

Título: Cambios en los tejidos óseo y muscular a través de los años y el entrenamiento de fuerza como tratamiento a condiciones como sarcopenia y osteopenia.

Autor:

*Carlos Javier Padilla Colón, Ph.D.

*Doctor en Kinesiología con especialidad en Actividad Física y Ciencias del Deporte. Antropométrista ISAK nivel 3. Profesor en Universidad de Puerto Rico-Recinto de Mayagüez (RUM), Programa en Kinesiología y Educación Física. Investigador Principal (Sarcopenia y Osteopenia en Veteranos Mayores) Departamento de Investigación y Desarrollo, Sistema de Salud de Veteranos del Caribe, San Juan Puerto Rico. carlosjavier.padilla@gmail.com

Modalidad: Tema libre

Resumen:

Con el paso del tiempo en el ser humano se da un deterioro progresivo de los distintos aparatos y sistemas del cuerpo humano. El envejecimiento es, entonces, producto de diferentes cambios funcionales que conducen al ser humano a una sustancial reducción de todas sus capacidades. Además, la estructura corporal compuesta de huesos y músculos también es susceptible a ser vulnerable, por lo que su deterioro suele ocasionar una discapacidad relativa. El hecho de no haber experimentado un óptimo desarrollo durante la plenitud de la vida (como por ejemplo tener poca masa ósea o escaso volumen muscular) puede favorecer al deterioro más temprano. Estos eventos se van dando progresivamente y, por ende, no siempre son detectados de forma oportuna. Una alteración física u orgánica que con el envejecimiento lleve a una tendencia hacia lo negativo puede dar origen a deterioros muy serios que, incluso, amenacen la salud y la vida misma. Dentro de las condiciones encontradas como consecuencia del paso de los años y el envejecimiento esta la sarcopenia y la osteopenia. La sarcopenia es la pérdida de masa muscular, fuerza y rendimiento físico y la osteopenia es la pérdida y deterioro de masa y tejido óseo. El entrenamiento de la fuerza es actualmente uno de los métodos más eficaces para combatir y prevenir la sarcopenia y osteopenia mediante la estimulación de la hipertrofia e incremento de

la fuerza. La investigación reciente indica que incluso las personas mayores tienen una posibilidad importante de beneficiarse con este tipo de ejercicios.

Palabras Claves: Sarcopenia, Osteopenia, Entrenamiento de Fuerza, Personas Mayores.

TITULO: REHABILITACIÓN DE LESIONES MENISCALES EN TAEWONDISTAS FEMENINAS DE ALTO RENDIMIENTO

Autores:

LIC. DANIEL ORTIZ PÉREZ.

DR. WENCESLAO LABAÑINO MATOS

DR. EDUARDO SILVIO NEGRETE.

Email: yanelishernandez@infomed.sld.cu

Subdirección de fisioterapia

Instituto de Medicina del Deporte: 10 entre 100 y 14. Reparto Embil, Municipio Boyeros, La Habana, Cuba. CP 10800

La Habana 2015

RESUMEN:

La presente investigación ofrece una herramienta de trabajo novedosa en el contexto de la rehabilitación física en el taekwondo, que es uno de los deportes más traumáticos, por la complejidad de las acciones técnico-tácticas y el contacto físico durante el proceso de entrenamiento y las competencias. El objetivo general de trabajo es la rehabilitación de las lesiones de meniscos en las atletas, siendo esta la patología más frecuente en los taekwondistas. La Muestra utilizada en nuestro trabajo fue 16 atletas de la preselección nacional femenina de taekwondo.

Los métodos utilizados durante la investigación fueron dentro de los teóricos: análisis-síntesis histórico-lógico, inductivo-deductivo y el método sistémico-estructural- funcional entre los métodos empíricos: el criterio de expertos y la técnica de encuesta y los métodos estadísticos empleadas fueron: estadística no paramétrica. De esta manera la investigación abarca la rehabilitación de las lesiones de meniscos de las taekwondistas y su incidencia en su rápida incorporación al entrenamiento deportivo.

Título: Sistema de ejercicios con pelota para la preparación física del equipo femenino de voleibol sentado categoría libre de la provincia Granma.

Autor:

Elena Milagros Herrera Rodríguez.

Grado Científico: Licenciada en Cultura Física.

e-mail: elenaherrera57@yahoo.com

Institución: Combinado Deportivo Centro Bayamo

Calle José Antonio Saco entre G. García y Céspedes. Bayamo Granma

Resumen

Este trabajo se realiza tomando como muestra el equipo de voleibol femenino de la ACLIFIM de nuestra provincia. La investigación se plantea como objetivo fundamental estimular los índices de la condición física a través de la influencia del trabajo con los elementos técnico; significa esto que desde los primeros momentos de la preparación física general se incluirán ejercicios con pelotas, tendiendo, como premisa lo siguiente; “no se trata de dejar de entrenar para jugar, la idea es entrenar jugando”.

Se aplica el experimento por control mínimo, aplicándosele a la muestra un sistema de ejercicios técnicos desde el mismo inicio de la temporada, con por ciento representativo para influir en el logro de la condición física, los subsistemas integradores son planificados de forma dosificada y escalonada, siempre tomando como base las situaciones y resultados anteriores. Las conclusiones del trabajo muestran la gran gama de posibilidades para la utilización de la pelota en el cumplimiento de los diferentes objetivos que se plantean en los distintos factores entrenables del voleibol sentado.

Título: Proyecto para Implementar una Sala de Ejercicios Físicos Terapéuticos (SAEFIT) en cada CEPROMED

Autores:

Dr. Florencio Hernández Núñez

Médico Especialista en Medicina del Deporte y la Cultura Física

Máster en Cultura Física Terapéutica

Licenciado en Cultura Física

Telf: 525004, Móvil: 53219806, E-Mail: florencioh@infomed.sld.cu

Coautor:

Dr. Lázaro Alberto Armesto Martínez

Especialista Primer Grado Medicina General Integral

Telf: 47588136, Móvil: 54208881, E-Mail:

armesto@infomed.sld.cu

RESUMEN:

La presentación del actual proyecto está enfocada para satisfacer las necesidades del perfeccionamiento de las Actividades de Promoción de Salud que se realicen mediante la práctica de una Cultura Física Terapéutica de forma planificada, sistematizada y dosificada, en unión de un adecuado control biomédico.

La dedicación y la ejecución de estas actividades por la población constituye un objeto social de nuestra Institución, teniendo como interés Incentivar a la población de las diferentes comunidades de los países del ALBA diagnosticadas con alguna de las Enfermedades Crónicas no Transmisibles, a la práctica de Ejercicios Físicos Terapéuticos y Profilácticos en salas de Ejercicios Físicos que constituyan un “foco” promotor y ejemplarizante de la buena práctica, dosificación y el conveniente control biomédico de estas Gimnasias Terapéuticas de manera que permita la mejora de su calidad de vida y la reinserción social, así como disminuir los índices de ausentismo laboral y escolar por enfermedad, aumentando la

productividad y el aprovechamiento de la jornada laboral y estudiantil, lográndose además una mayor prosperidad psicológica de los encartados.

Por todo lo antes expuesto se pretende que se creen Salas de Ejercicios Físicos Terapéuticos en cada uno de los CEPROMED de nuestro país e incluso en cada uno de dichos centros en los demás países del ALBA donde existan para que constituyan todo un baluarte, con la sana intención que puedan tener los convocados una verdadera atención médica y un lógico control médico de estas actividades, las cuales siempre sean solo aplicadas por especialistas dedicados a esta esfera. Se gestionaría de igual modo por la formación de los recursos humanos que se requieran para el normal funcionamiento del programa.

Título: Prescripción de ejercicios para mejorar la postura espinal y extra espinal en deportes con movimiento repetitivo por encima del hombro.

Autor:

Dr. Ismael Segarra*

*Quiropráctico con subespecialidad en Ciencias del Deporte y Desarrollo Atlético (CCSP). Clínica de Salud y Prevención. Universidad Interamericana de Puerto Rico

email: drsegarra@gmail.com

P.O. Box 3286 Mayagüez, Puerto Rico 00681

Modalidad: Tema libre

Resumen

En los últimos 50 años, el entrenamiento para el desarrollo físico del atleta ha evolucionado exponencialmente. Diferentes programas se han creado para el mejoramiento de la velocidad, agilidad, resistencia cardiovascular, fuerza, poder y coordinación; en paralelo con la práctica de la destreza del deporte. Sin embargo, los atletas son expuestos a estos programas sin conocer cuál es su mayor necesidad, y sin considerar sus déficits posturales. Deportes donde se hacen movimientos repetitivos por encima del hombro, como en el béisbol, voleibol y natación, pueden causar un estrés extremo en éstas articulaciones. Más aún, si existen problemas estructurales que no se corrigen antes de comenzar los entrenamientos para el desarrollo de la destreza. Éstas correcciones son necesarias para maximizar el desempeño atlético. Igualmente, la prevención de lesiones, debido al uso repetitivo en una base anatómica inestable. Como especialistas en las ciencias del deporte, es sumamente necesario destacar la importancia de las debilidades en la postura y la corrección de estos problemas antes de comenzar protocolos específicos para la destreza del deporte. Esto

asegura una disminución en las lesiones causadas por patrones repetitivos, que causan estrés en estructuras que no están acondicionadas, y permite que se efectúe una biomecánica más eficiente.

Palabras claves: Postura, biomecánica, lesiones, extra espinal

Título: Disfunciones osteopáticas más frecuentes en los atletas del equipo nacional

Autores:

J Rives, D Rondon

Máster en ciencias, profesor instructor, Dra. especialista en medicina física y rehabilitación

e-mail: jaquelinrivas@infomed.sld.cu

Institución: Instituto de Medicina del Deporte

Modalidad: Tema libre

RESUMEN

La **medicina osteopática** se encuentra enclavada dentro del amplio abanico de las disciplinas fisioterapéuticas, consistente en un conjunto de técnicas manuales y tratamientos no invasivos evitando la aplicación de métodos farmacológicos para su tratamiento. Su uso se generaliza cada vez más en el mundo deportivo, en países como Francia, Inglaterra y EE.UU. El Instituto de Medicina Deportiva se considera pionero de esta disciplina en Cuba siendo este estudio el primero que se realiza en uno de nuestros deportes élite: el atletismo, con el objetivo de caracterizar las disfunciones osteopáticas más frecuentes en los atletas del equipo nacional.

Se realizó un estudio exploratorio descriptivo transversal con una muestra de 80 atletas del equipo nacional de atletismo a los que se les realizaron tests

osteopáticos. Se calcularon frecuencias absolutas y porcentajes así como el test Chi cuadrado de homogeneidad considerando significativo $p \leq 0,05$.

La media de edad de los atletas fue de 20,3 años (DS=3,4), siendo el 51,2% del sexo femenino. El 96,2% de los atletas presentaba algún tipo de disfunción osteopática aunque solamente 20 (25,3%) refería dolor ($p=0,0001$). La disfunción sacro ilíaca fue la más frecuente con 77 casos predominando la iliaca en 89,9%, seguida de la disfunción visceral presente en 47 atletas prevaleciendo el estómago en ascenso (35%) siendo estadísticamente significativa. El 100% de los atletas de lanzamiento y decatlón presentaron disfunciones.

Conclusiones: Resulta imperativo el diagnóstico osteopático de los atletas en busca de disfunciones que convertidas en lesión pueden afectar su rendimiento deportivo y sus resultados en eventos nacionales e internacionales.

Palabras clave: medicina osteopática, disfunciones osteopáticas, equipo nacional de atletismo, deporte

Título: Diagnóstico de las principales lesiones osteopáticas en los lanzadores de beisbol

Autores:

Lic Jesus Alberto Morales Montero

Co autores:

Dr. Lazaro Ramos Ofarril

Dr. Francisco Montesinos Flores

Resumen:

Objetivos: determinar cuáles son las principales lesiones osteopatías en los lanzadores de beisbol, causas, consecuencias y enfoque de tratamiento.

Se realizó un estudio prospectivo longitudinal de corte transversal durante 3 preparaciones donde se estudiaron 45 lanzadores que conformaban la preselección de Beisbol para el tope Cuba- USA 2014 , los juegos centro americanos y del caribe Veracruz 2014, tope Cuba – USA 2015 y juegos panamericanos Toronto 2015 . Se utilizo la estadística descriptiva en números, porcentajes y tasas por ser la que mas se ajusta.

Concluyendo que : Los lanzadores beisbol, presentan modificaciones estructurales compatibles con lesiones osteopáticas con causas primarias tanto viscerales como del SOMA que constituyen factores que predisponen y desencadenan lesiones invalidantes para su desempeño durante los procesos de entrenamiento , es importante elevar el análisis kinesiológico a todos los atletas de beisbol con le objetivo de detectar las causas que provocan dichos cambios anatomofuncionales que no son más que las tensiones de las cadenas neuromusculares.

Título: El agua como electrodo y la crioterapia combinada con corriente para tratamientos rehabilitadores.

Autor:

Lic. José Manuel Perez Avila.

jmpa@infomed.sld.cu

Resumen:

Los equipos de corrientes terapéuticas, de fábrica traen los electrodos de un material engomado que se deterioran con facilidad si se usan a diario durante horas, al comenzar a afectarse los servicios por la carencia de dicho implemento y la necesidad de diseñar nuevos métodos de trabajos que humanizaran y a la vez facilitaran la pronta recuperación de los pacientes se creó este electrodo con la combinación de tratamientos que por sus propiedades reportan ventajas superiores a los originales, atendiendo a lo social los pacientes se recuperan más rápido, económicamente los beneficios son notables tanto para el estado como para los pacientes por el concepto de sustituir importaciones entre otros además

de disminuir el tiempo de recuperación de los pacientes y el consumo de medicamentos.

Título: Rehabilitación funcional con la práctica del deporte.

Autores:

Dra. K. Yanet Monteagudo Hernández, Dr. J. Guillermo Martínez Urbay, Dra. M. del Carmen Hernández Urra, Dra. B. Gregoria Depestre Pérez, Lic. R. Risquet Izaguirre.

Resumen:

La Rehabilitación es un proceso complejo y continuo que resulta de la aplicación integrada de muchos procedimientos para lograr que el individuo recupere su estado funcional, físico, mental y social óptimo, tanto en el hogar como en la comunidad, en la medida en que lo permita la utilización apropiada de todas las posibilidades residuales. Con nuestro trabajo pretendemos mostrar la importancia que reviste la vinculación al deporte en este proceso rehabilitador, mejorando la calidad de vida de los discapacitados visuales, en este caso con la práctica del GoalBall. La mayoría de los deportes del programa paralímpico son modalidades adaptadas de los deportes del sector olímpico, una de las excepciones es el GoalBall. Este es un juego de equipo creado especialmente para personas ciegas y de baja visión, basado en el uso del sentido auditivo para detectar la trayectoria del balón sonoro, guiándose por el sonido que se produce durante su desplazamiento, por lo que se requiere de una gran capacidad de orientación espacial para situarse en el lugar adecuado, con el objetivo de localizar la trayectoria y atrapar el balón o lanzarlo al otro equipo. Esta modalidad deportiva se enseña y se practica en las escuelas de Educación Especial, para lograr así la interrelación entre todos los competidores, crear lazos de unión socio-afectivos que fomenten la imaginación, la creatividad y respeto a las reglas. Por otra parte mostramos los parámetros visuales que se utilizan internacionalmente para clasificar a los atletas de la Asociación Nacional de Ciegos y Débiles Visuales (ANCI) que practican el deporte de alto rendimiento.

Palabras claves: Rehabilitación, discapacitados visuales, GoalBall, orientación, reglas.

TITULO: INFLUENCIA DEL MASAJE DE CALENTAMIENTO EN EL TIEMPO DE REACCIÓN EN ATLETAS DE VOLEIBOL

Autores:

Lázaro Yoel Suárez Collazo

Hilda Obregón

Modalidad: Póster

Resumen

Se realizó este estudio con 12 atletas de la preselección nacional de Voleibol juvenil que entrenan en la Escuela Nacional de este deporte teniendo en consideración las diferentes acciones de juego y la reacción que tienen que poseer estos atletas en esta disciplina. Se dividió la muestra en dos grupos, experimental y de control y se aplicó el Test de Reacción Simple y Complejo a cada atleta antes de aplicar el masaje al grupo experimental, no aplicando el masaje al grupo control, el cual esperó 30 minutos para repetir el Test. Se aplicó el masaje al grupo experimental con las siguientes manipulaciones, fricción, rotación, amasamiento, sacudimiento y movimientos activos, con una duración de 5 minutos y con la colaboración de dos masajistas. Pasado este periodo de tiempo cada atleta realizaba de nuevo el Test de reacción simple y complejo donde tuvimos resultados satisfactorios con el grupo experimental. Para realizar esta investigación nos basamos en reportes bibliográficos de V.A.Makarov y un colectivo de autores; donde expresan que el masaje preparatorio influye positivamente sobre la velocidad de la reacción motriz, aumentando considerablemente la misma.

Palabras Claves: Voleibol, Tiempo de Reacción

Título: Batería de ejercicios físicos como profilaxis de las lesiones de codo en los pelotaris de Pala.

Autore(s):

Lesbia María Jiménez Pascual;* Víctor Gonzáles Acevedo. ***José Rodolfo Falero Gonzáles. **** Gilda Echeverría.

*Licenciada en Cultura Física, Master en Cultura Física Terapéutica, Doctora en Ciencias de la Cultura Física, Profesora Auxiliar. Fisioterapeuta del equipo nacional de Pelota Vasca. e-mail: henryjp@inder.cu
Calle 10, #120, Entre 100 y 14, Rpto Embil, Boyeros, La Habana, Cuba.

** Medico, Especialista de Primer Grado en Medicina del Deporte. Centro Instituto de Medicina del Deporte.

*** José Rodolfo falero González. Licenciado en Cultura Física.
Especialista en Deportes de Combate. Doctor en Ciencias de la Cultura Física.
Profesor Titular.

**** Medico, Especialista de Primer Grado en Medicina Física y Rehabilitación.
Hospital Fructuoso Rodríguez.

Modalidad. Tema libre

Resumen

Los dolores de codo, extorsionan la calidad del entrenamiento en practicantes de Pelota Vasca, sin que cuenten con un tratamiento factible para prevenir y rehabilitar la lesión. Lo anterior, llevó a la autora a realizar un estudio pre experimental, a 4 pelotaris de la modalidad de pala. Se efectuó estudio relacionando las lesiones y codo afectado, incluyendo mediciones de diferentes test, Liket, Dinamometría de mano y test de Oxford. Ello permitió la evaluación de una lesión por sobreuso deportivo, caracterizada por epicondilitis y afectación del nervio radial y cubital que afecta mayormente la articulación del codo. La elevada incidencia de lesiones que presentan, sobre todo en el sexo masculino. Se elaboró un batería de ejercicios físicos profilácticos, aplicado únicamente a los pelotaris objeto de estudio, con análisis valorativo funcional de la articulación del codo al finalizar la aplicación de la batería de ejercicios físicos profilácticos. Se comprobó al final del pre experimento que las afecciones de estructuras blandas, como la epicondilitis y las lesiones radial y cubital, disminuyeron su incidencia en el 100% de los pelotaris, que también mostró mayor incremento de la fuerza muscular en el brazo, antebrazo y la musculatura de la espalda. De esta forma, queda demostrado el valor de los ejercicios profilácticos, con el fin de prevenir las lesiones de codo de los pelotaris.

Palabras claves: Pelotaris. Pelota Vasca. Ejercicios Físicos. Profilaxis.

Título: Utilidad de los Imanes permanentes en lesiones del sistema osteomioarticular en pelotaris de Pelota Vasca.

Autore(s):

Lesbia María Jiménez Pascual*; Víctor Acevedo**. Carmen Alba Gelaber***.

*Licenciada en Cultura Física, Master en Cultura Física Terapéutica, Doctora en Ciencias de la Cultura Física, Profesora Auxiliar.

e-mail: henryjp@inder.cu

Calle 10, #120, Entre 100 y 14, Rpto Embil, Boyeros, La Habana, Cuba.

** Medico, Especialista de Primer Grado en Medicina del Deporte. Centro Instituto de Medicina del Deporte.

***Medico, Especialista en Medicina Física y Rehabilitación. Centreo Hospital Julio Días.

Modalidad: Tema libre.

Resumen

El presente trabajo refleja la aplicación imanes permanentes en afecciones del sistema ostiomioarticular tratado en pelotaris de la Pelota Vasca. Todo dolor musculoesquelético puede ser considerado como una secuela de lesión, irritación o inflamación de tejido blando. El traumatismo, en el concepto más amplio del término, es la causa más importante de dolor y alteración funcional del tejido blando. Lo anterior, llevó a la autora a realizar un estudio pre experimental, a 8 pelotaris de la modalidad de pala y frontenis mexicano. La aplicación de los imanes se realizó con la técnica regional de Bansal combinada con el método local. Se utilizaron Imanes Permanentes de ferrita de Estroncio, en forma de anillo, encapsulados de plástico (inocuo a la salud humana), polarizados. Aquí se valoran los valores de medida de la intensidad del dolor, escala cualitativa de Likert, Análoga visual y también se reflejan la fuerza muscular por el test de Oxford. Ello permitió la evaluación de una lesión por sobreuso deportivo a determinadas articulaciones como el codo, hombro y rodilla que se presentaron en pelotaris de la modalidad de Frontenis mexicano y Pala en la Pelota Vasca. El 100% de los pelotaris evolucionaron satisfactoriamente.

Palabras clave: Pelotaris. Pelota Vasca. Imanes permanentes. Campo magnético estático. Sistema Osteomiarticular.

TITULO: TECNICAS MANUALES EN DOLOR DE ESPALDA EN DEPORTISTAS DE ALTO RENDIMIENTO

AUTOR:

Dr. Luis R. Machado R.

RESUMEN

El dolor de espalda parece ser más común en deportistas de élite, que en la población normal. Se ha informado de que hasta el 75% ha tenido uno o más episodios de dolor de espalda. Los cambios son presumiblemente debidos a la mayor demanda física de las espinas dorsales, de los atletas en el curso de entrenamiento o competición. Por tal motivo, se ha recurrido a terapias que pueden mejorar el dolor de espalda en deportistas, entre ellas: Masaje como conjunto de técnicas dosificadas, ordenadas, progresivas, razonadas. Vacum (ventosas) como terapia en la utilización del vacío para provocar el efecto. Quiropraxia como técnica en la utilización de movilizaciones y manipulaciones para corregir la alineación de columna vertebral y articulaciones. Relajación postisométrica: basado en la relajación que se produce en un músculo durante un breve periodo de tiempo tras la contracción isométrica

Título: Programa preventivo individualizado para disminuir lesiones del músculo isquiotibial en los atletas masculino de 110 metro con vallas.

Autor:

MsC Manuel Medina Álvarez

Investigación para el Grado Científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física.
Dirección: Ave. Universidad, Escuela nacional de talento, Gran mariscal Antonio José de Sucre, Pueblo nuevo Táchira. Venezuela
Teléfono: 4263758604
Correo Electrónico: medinamanuel406@gmail.com.

RESUMEN

El Programa profiláctico para la parte posterior del muslo en los atletas de 110 metros con vallas se analiza y se elabora, teniendo en cuenta el deporte, la edad cronológica, el nivel de preparación, los medios médicos biológicos, particularidades del evento, sus lesiones más frecuentes, periodo y etapa de entrenamiento. Con el objetivo de lograr una recuperación diaria del atleta para que pueda afrontar los programa de entrenamiento contemporáneo. Hemos revisado bibliografía sobre estudios que puedan establecer la etiología y mecanismos lesionales y los principales factores de riesgo que predisponen a la lesión. Permitiendo desvelar situaciones de insuficiencias en los planes profilácticos dentro del proceso entrenamiento, por el crecimiento del número de las lesiones de la parte posterior del muslo, que atentan contra su salud y sus resultados deportivos. La lesión deportiva es uno de los obstáculos más importantes para el exitoso rendimiento de un atleta, la mejor manera de tratarla es evitar que se produzca. La incorrecta elaboración o incumplimiento de estos planes inducen a que cualidades motoras decisivas como la fuerza–flexibilidad permitan un debilitamiento-sobrentrenamiento. Un programa profiláctico que admita la recuperación y supere las limitaciones reveladas por los factores de riesgos como solución viable, organizando su estructura e individualiza su aplicación, permite la recuperación diaria del deportista y disminuyen las lesiones de la parte posterior del muslo.

Palabras claves: Programa profiláctico, parte posterior del muslo, factores de riesgo.

Título: Terapia con Ondas de Choques en el tratamiento de lesiones en bailarines clásicos.

Autores:

*Dra.Noemí Serviat Hung

*Dr. Yamil Gutierrez Jorge

*Dr Julio Smith Garcia Menocal

Especialista de primer grado en Medicina Fisica y Rehabilitacion. Instituto de Medicina del deporte

Especialista de primer grado en Medicina del Deporte. Vicedirector de Docencia e Investigaciones. Instituto de Medicina del Deporte.

Especialista de primer grado en imagenología. Instituto de Medicina del Deporte

Resumen

Las patologías inflamatorias y calcificantes de las partes blandas son trastornos con importante repercusión económica y social. Su tratamiento puede realizarse con fármacos o con terapia física, ante cuyo fracaso, la cirugía era el último escalón terapéutico existente. En los últimos años se está utilizando una alternativa no quirúrgica para tratarlas: la aplicación de ondas de choque extracorpóreas. El objetivo del presente trabajo es comprobar la capacidad para disminuir el dolor en diferentes alteraciones y reparar estructuras musculotendinosas dañadas por el sobreuso en bailarines clásicos profesionales, con la aplicación de esta técnica terapéutica. Se trataron 18 bailarines de la compañía Ballet Nacional de Cuba que acudieron a la consulta de Fisiatría del instituto de medicina del deporte, las patologías más frecuentes fueron, tendinitis calcificada y no calcificada, fascitis plantar, calcificación a nivel de cadera. Los Resultados se evaluaron por la escala analógica visual de dolor y por la ecografía, antes y después del tratamiento. Hubo un porcentaje de reducción del dolor del 100%, lo que se corroboró con la ecografía evolutiva al mes de concluido las sesiones indicadas. Se concluye que el tratamiento con ondas de choque extracorpóreas es una buena alternativa al empleo de la cirugía.

Título: Aplicación de un programa de electromagnetopuntura en las lesiones de sinovitis de rodillas en atletas de Alto Rendimiento.

Autores:

Lic. Raiza Leblanc Peña.
Licenciada en Cultura Física.
Técnico en Radiología y Fisioterapia.
rleblanc@infomed.sld.cu

Dra. Lesbia María Jiménez Pascual.
DrC. Cultura Física Terapéutica.
MsC Cultura Física Terapéutica.
Profesora Auxiliar.

Modalidad: Tema Libre.

RESUMEN

Con el paso del tiempo cobra mayor importancia la aplicación de la ciencia en función de lograr mejorar los resultados deportivos. La aplicación de la Medicina Natural y Tradicional en función de las lesiones del Soma cobra gran importancia en la rehabilitación de los deportistas de alto rendimiento cada vez más para dar su aporte, y así perfeccionar la atención que se les brinda a los deportistas. En el Instituto de Medicina del Deporte, en departamento Medicina Natural y Tradicional se atendieron 30 atletas de diferentes deportes de combate con lesiones del Soma, específicamente con lesiones de rodilla. El objetivo de la investigación fue aplicar un programa de electromagnetopuntura para rehabilitar las lesiones que presentaban los atletas. Se realizó un estudio pre-experimental con control mínimo, se utilizaron métodos como la observación, encuesta, escala de Likert, método de Oxford. Después de aplicado el programa de electromagnetopuntura el 90% de los atletas evolucionaron satisfactoriamente al tratamiento incorporándose a sus entrenamientos con buena disponibilidad.

Palabras claves: Rehabilitación,
Lesiones de rodilla.

Electromagneto puntura.,

Título: Propuesta de ejercicios físicos para la rehabilitación de las Tendinopatías más comunes del Manguito rotador en los lanzadores de béisbol de la categoría escolar y juvenil pertenecientes a la EIDE "Lino Salabarría Pupo" de la provincia de Sancti Spíritus

Autor:

Remberto Pérez Farfán

Centro Provincial De medicina Deportiva SS

Resumen

En la categoría escolar y juvenil pertenecientes a la EIDE "Lino Salabarría Pupo" de la provincia de Sancti Spíritus existen atletas aquejados de Tendinopatías del Manguito rotador, sin embargo el tratamiento no es completo ni adecuado presentando deficiencia en la recuperación de la lesión. La situación problemática antes mencionada generó el siguiente problema científico: ¿Cómo contribuir a la recuperación de las Tendinopatías más comunes del Manguito rotador de los

lanzadores de la categoría escolar y juvenil pertenecientes a la EIDE "Lino Salabarría Pupo" de la provincia de Sancti Spíritus? Para el tratamiento y solución a dicho problema se planteó como *objetivo*: Elaborar una propuesta de ejercicios físicos que contribuyan a la recuperación de dicha lesión, en tal sentido fue necesario la utilización de métodos de los niveles: teórico, empíricos y estadísticos. Los resultados de la investigación se concretan en una propuesta de ejercicios físicos terapéuticos y recuperativos para el logro de un óptimo estado de salud de los lanzadores objeto de estudio.

TÍTULO: USO DE NUEVAS TECNOLOGÍAS EN LA REHABILITACIÓN DEL TRAUMA AGUDO.

Autores:

MSc Dra. Vianka Cisneros Perdomo¹, Lic. Pedro Luis Pazo Mollineda², Dra Yamilé Sánchez Castillo³, Lic Katina Martínez Romero⁴.

¹ Especialista de Primer grado en MGI, especialista de Primer y Segundo grado en MFR, Máster en Procederes Diagnósticos, Profesora Asistente, Subdirectora de Rehabilitación.

² Licenciado en TFR, Profesor Instructor, Presidente de la ANIR.

³ Especialista de Primer grado en MGI, especialista de Primer y Segundo Grado en MFR, Profesora Asistente, Jefa de Departamento Docente.

⁴ Licenciada en TFR, Especialista Principal Departamento de Electroterapia.

Centro de procedencia: Hospital Julio Díaz González, Centro Nacional de Rehabilitación

Ave.243 número 19815 Fontanar, Boyeros código postal 19250 La Habana CUBA, e-mail hjdiaz@infomed.sld.cu

RESUMEN

El desarrollo de las tecnologías al servicio de la rehabilitación ha llevado en los últimos años un paso acelerado, los equipos FRIGOSTREAM, BODYFLOW y DEEP OSCILLATION de la firma alemana Physiomed forman parte del arsenal terapéutico con el que contamos en la actualidad para rehabilitar al paciente que sufre un trauma agudo, aliviando rápidamente su dolor, acortando el tiempo de limitación funcional y evitando complicaciones no deseadas, lo que podemos lograr con el uso combinado de los mismos inmediatamente después de producirse el trauma. FRIGOSTREAM equipo de crioterapia, trabaja con aire frío comprimido con una corriente regulable permite el enfriamiento deseado de zonas corporales, el aire se enfría hasta unos -32 °C por la manguera de tratamiento sin que haya contacto directo con la zona a tratar, para conseguir una aplicación óptima adaptada a lo indicado, existen diferentes piezas opcionales adaptables a él, adicionalmente el terapeuta podrá realizar masaje evacuante de la zona a la vez que enfría la misma. BODYFLOW terapia usada para incrementar el flujo sanguíneo y el drenaje de fluidos, específicamente estimulando

los músculos lisos (cerca de venas, arterias y y el drenaje de fluidos, específicamente estimulando los músculos lisos (cerca de venas, arterias y linfáticos). DEEP OSCILLATION novedoso principio de terapia basada en los efectos de un campo electrostático, se administra con aplicadores manuales especiales de distintos tamaños, esto hace posible la aplicación tanto a nivel superficial como local, está provisto de programas para tratamiento del trauma agudo, el dolor y el edema. Nuestra experiencia en más de un año de uso de estas terapias nos muestra resultados muy satisfactorios.

Palabras claves: Rehabilitación, Trauma, FRIGOSTREAM, BODYFLOW y DEEP OSCILLATION

TÍTULO: TRATAMIENTO DE ESGUINCES DE TOBILLOS EN JUGADORES SUB 17 DE FUTBOL ESTADO SUCRE – VENEZUELA 2015.

Autores:

Y, Velásquez

J, Brit

L, Ramos

M, Martínez

A, Caria

Resumen

Este proyecto de tesis está estructurado en cinco capítulos. Se realizó con el fin de demostrar la efectividad de los ejercicios de fortalecimiento y propioceptivos para la rehabilitación del esguince de tobillo en jugadores de futbol sub 17 en el estado Sucre Venezuela 2015. El estudio se desarrolla según el paradigma positivista, la investigación de tipo cuantitativa con diseño descriptivo y de campo.

Describimos la anatomía de la pierna, del tobillo y pie, junto a la biomecánica del tobillo y descripción de la marcha, ya que esta forma parte de una sola unidad funcional.

Se hace una descripción de la anamnesis, tomando en cuenta los exámenes semiológicos, antecedentes hereditarios, personales, patología actual del atleta, examen clínico y demás evaluaciones complementarias, desglosando el proceso

Normal de curación en sus tres fases fundamentales, para así poder ejecutar un efectivo programa de rehabilitación.

Realizamos una breve introducción de las lesiones que se presentan en las actividades deportivas estructurando sus diversas clasificaciones y tipos, síntomas, cuadro clínico, mecanismos fisiológicos, diagnóstico, y pruebas a realizar, mencionando para su comparación cuatro tratamientos básicos de distintos autores, debiendo tener en consideración los datos obtenidos y las posibles variables que puedan modificar la evaluación o la predisposición de

los atletas ante una lesión, considerándolo para su análisis y tratamiento desde el punto de vista global, evaluando sus cualidades bio-psico-sociales.

A través de esta investigación se pretende concretar una efectiva y eficaz manera fisioterapéutica de rehabilitar al jugador de fútbol con esguince de tobillo, no solo con tratamiento farmacológico, sino con un efectivo programa a base de ejercicios de fortalecimiento, equilibrio y propiocepción.

Palabras Claves: Cualidades físicas, anamnesis, Rehabilitación, Ejercicios, Atleta.

Título: Tratamientos profilácticos para las algias de columna.

Autor: Lic. Yoisel Boffill Delgado

Centro Provincial de Medicina Deportiva

Resumen:

La presente investigación se refiere a las algias de columna, partiendo de la preocupación del autor para prevenir las mismas, nos hemos dado a la tarea de elaborar una serie de materiales didácticos educativos; así como un programa de ejercicios físicos encaminados a la disminución de estas patologías. Teniendo en cuenta que una de cada cuatro personas ha sufrido en algún momento de estas algias de columna. La muestra que se toma para dicha investigación la constituyen 65 pacientes del Policlínico Sur del municipio Sancti Spíritus; considerando las posibilidades brindadas por este centro asistencial de salud. La metodología empleada es la observación y la entrevista, así como la revisión de historias clínicas. Se Arriban a conclusiones importantes como el desconocimiento de la

prevención de las algias de columna por parte de la población investigada, además demuestra que la propuesta realizada resulta factible al ser aplicada.

linfáticos). DEEP OSCILLATION novedoso principio de terapia basada en los efectos de un campo electrostático, se administra con aplicadores manuales especiales de distintos tamaños, esto hace posible la aplicación tanto a nivel superficial como local, está provisto de programas para tratamiento del trauma agudo, el dolor y el edema. Nuestra experiencia en más de un año de uso de estas terapias nos muestra resultados muy satisfactorios.

Palabras claves: Rehab