

# IMPACTO DEL CONFINAMIENTO POR COVID19 EN LOS ÍNDICES LESIONALES EN FUTBOLISTAS JUVENILES DEL CLUB ATLÉTICO VÉLEZ SARSFIELD

Lamari M. , Pedutto F. (kinesiólogo Vélez Sarsfield), Rayón R. (kinesiólogo Vélez Sarsfield), Viñas E. (médico Vélez Sarsfield), Del Rio G. (médico Vélez Sarsfield), Samudio H. (médico Vélez Sarsfield).

## 1 INTRODUCCIÓN

Las investigaciones científicas en el mundo demostraron que los deportistas tenían más probabilidades de sufrir lesiones tras los confinamientos por covid19, a causa de los cambios en los entrenamientos. Aunque los niveles de fuerza se mantuvieron; la agilidad, la velocidad y el VO2 MAX se redujeron y aumentaron los índices lesionales.

### PLANTEO DE DESENTRENAMIENTO

MARCAN QUE EN 8-12 SEMANAS DISMINUYE UN 7% DE FUERZA Y VO2 MAX

SI SON PERÍODOS CORTOS COMO VACACIONALES, DISMINUYEN SPRINT Y NIVEL AERÓBICO, PERO DISMINUYE EL STRESS FISICO-MENTAL

### ESTUDIOS EN BRASIL- MEXICO EUROPA - SUDÁFRICA

#### MUESTRAN

LOS ENTRENAMIENTOS EN CONFINAMIENTO MITIGARON LOS EFECTOS EN CUESTIONES DE FUERZA PERO DISMINUYÓ AGILIDAD, VELOCIDAD, SPRINT, CAPACIDAD, ACELERACIÓN ALTERACIONES SUEÑO, PSICOLÓGICAS Y NUTRICIONALES

## 2 HIPÓTESIS

El cambio de las formas de entrenamiento durante la pandemia generó un aumento del riesgo lesional en los jugadores

## 3 MATERIAL MÉTODO

Trabajo descriptivo; se registraron por el servicio médico del club las lesiones según: división, tipo de lesión, diagnóstico, localización, situación (partido o entrenamiento), cantidad de horas de trabajo, mes en que se produce, tiempo de recuperación. De la recopilación se analizaron, cantidad de lesiones, índice lesional, severidad, porcentajes de cada lesión, tipificación de cada lesión de periodos mencionados. Periodos de análisis enero a junio 2019 y 2021.



### POBLACIÓN DE ESTUDIO

AÑO 2019

AÑO 2021

#### PERÍODO ANALIZADO ENERO - JUNIO

#### PERÍODO ANALIZADO ENERO - JUNIO

CANTIDAD DE JUGADORES JUVENILES: 208

CANTIDAD DE JUGADORES JUVENILES: 201

CANTIDAD DE JUGADORES LIBRE: 5

CANTIDAD DE JUGADORES LESIONADOS: 86

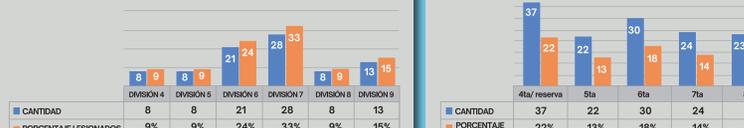
CANTIDAD DE JUGADORES LESIONADOS: 169

## 4 RESULTADOS

Aumento de 96.5% de lesiones con respecto a 2019. Índice lesional aumentó de 0.41 a 0.84. Riesgo lesional: de 243.48 paso a 761.90. Severidad de las lesiones: en 2019 las moderadas y leves fueron las más elevadas, mientras que en 2021 fueron las moderadas y graves. Aumento 111% en lesionados en entrenamientos

AÑOS DE ANÁLISIS	CANTIDAD DE JUGADORES	CANTIDAD DE LESIONADOS	INDICE LESIONAL	RIESGO LESIONAL	INDICE LESIONAL ENTRENAMIENTO	INDICE LESIONAL COMPETENCIA
2019	208	86	0,41	278,77	243,48	761,90
2021	201	169	0,84	661,45	607,8	1750

### Porcentaje de lesionados por división 2019



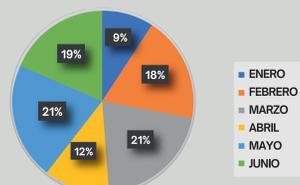
### Porcentaje de lesionados por división 2021



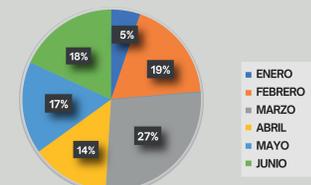
### CANTIDAD Y PORCENTAJE DE JUGADORES LESIONADOS POR PERÍODO

PERÍODO 2019	CANTIDAD	PORCENTAJE	PERÍODO 2021	CANTIDAD	PORCENTAJE
ENERO	8	9%	ENERO	9	5%
FEBRERO	16	19%	FEBRERO	31	18%
MARZO	18	21%	MARZO	46	27%
ABRIL	10	12%	ABRIL	24	14%
MAYO	18	21%	MAYO	28	16%
JUNIO	16	19%	JUNIO	31	18%

### Porcentaje lesiones por período 2019



### Porcentaje lesiones por período 2021



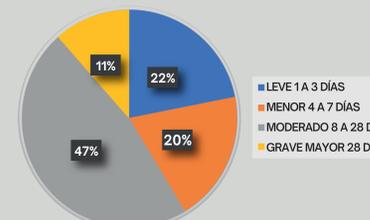
### CANTIDAD Y PORCENTAJE DE LESIONADOS EN ENTRENAMIENTOS/ PARTIDOS

AÑO 2019	CANTIDAD	PORCENTAJE
LESIONES POR PARTIDO	16	19%
LESIONES POR ENTRENAMIENTO	70	81%

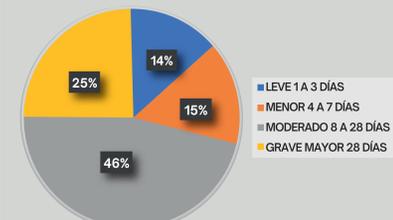
  

AÑO 2021	CANTIDAD	PORCENTAJE
LESIONES POR PARTIDO	21	12%
LESIONES POR ENTRENAMIENTO	148	88%

### Severidad 2019



### Severidad 2021



EXTRACTO INFORMATIVO	2019	2021
CANTIDAD DE JUGADORES	208	201
LESIONADOS	86	169
INDICE LESIONAL	0,41	0,84
SEVERIDAD PREDOMINANTE	LEVE-MODERADA	MODERADA-GRAVE
CANTIDAD DE LESIONES MUSCULAR	40	72
CANTIDAD DE HORAS DE EXPOSICIÓN	285,5	255,5
PROMEDIO PRUEBAS 30*15	19,89	19,6
PROMEDIO PRUEBAS DE FUERZA SENTADILLAS	111,28	123

## 5 DISCUSIÓN

El objetivo era analizar si los cambios de entrenamiento y la falta de competencias generan alguna influencia en el deporte; observando los datos podemos inferir que la vuelta al entrenamiento en el campo y las competencias generaron un aumento lesional significativo. Dejando a la luz las diferencias sustanciales de la calidad de estímulo y la preparación que con lleva la practica en el lugar similares a la competencia

## 6 CONCLUSIÓN

El cambio de las características habituales de entrenamiento podrían llegar a incidir en el aumento lesional y la gravedad de las lesiones en un nuevo periodo de competencia y entrenamiento, luego del confinamiento por COVID

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA

- 1-Dhruv R. Seshadri, Mitchell L, Ethan R. Harlow, Colin K. Drummond<sup>1</sup> and James E. Case Report: Return to Sport Following the COVID-19 Lockdown and Its Impact on Injury Rates in the German Soccer League. Published: 18 February 2021 doi: 10.3389/fspor.2021.604226 the journal Frontiers in Sports and Active Living. En línea. Pubmed. Citado 26-4-2021.
- 2- García-Aliaga A, Marquina M, Cordón-Carmona A, Sillero-Quintana M, Alfonso de la Rubia, Refoyo R. Comparative Analysis of Soccer Performance Intensity of the Pre-Post-Lockdown COVID-19 in LaLiga. Public Health 2021, 18, 3685. [https://doi.org/10.3390/ijerph18073685]. En línea. Pubmed. Citado 05-05-2021
- 3- Brito de Souza, González-García, López-Del Campo, Resta, Martínez Buldú, Wilk, Del Coso: Players' physical performance in LaLiga across the season: insights for competition continuation after COVID-19. Biology of Sport, Vol. 38 No1, 2021 DOI: https://doi.org/10.5114/biolsport.2020.96856, en línea en pubmed. Citado 10-05-2021
- 4- Albuquerque Freire L, Márcio Tannure, Márcio Sampaio, Maamer Slimani, Hela Znazen, Luigi Bragazzi, Aedo-Muñoz E, Dany Alexis Sobarzo Soto, Brito C, Miarka B. Related Restrictions and Quarantine COVID-19: Effects on Cardiovascular and Yo-Yo Test Performance in Professional Soccer Players. Frontiers in Psychology [www.frontiersin.org] December 2020 | Volume 11 | Article 589543. En línea en pubmed. Citado 20-05-2021
- 5- Grazioli R, Irineu Loturco, Baroni M, Oliveira M, Vasyt Saciura, Everton Vanoni, Dias R, Filipe Veeck, Ronei S. Pinto, and Eduardo L. Cadore. Coronavirus Disease-19 Quarantine Is More Detrimental Than Traditional Off-Season on Physical Conditioning of Professional Soccer Players. Journal of Strength and Conditioning 2020. En línea en pubmed. Citado 04-06-2021.