

Premian la tesis de una **alumna** sobre vendajes deportivos

Marta Meana, exbecaria de investigación de la UCLM, ha recibido el primer Premio Nacional en Investigación en Medicina del Deporte que otorga la Universidad de Oviedo

Marta Meana Riera, doctora en Rendimiento Deportivo y exbecaria de Investigación de la Universidad de Castilla-La Mancha, recibió el pasado 27 de febrero el Primer Premio Nacional de Investigación en Medicina del Deporte que otorga la Universidad de Oviedo por un proyecto sobre los denominados vendajes preventivos, un tipo de apósito muy frecuentemente usado en deportes como el baloncesto, el fútbol o el voleibol.

La tesis, dirigida por el profesor de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la UCLM Xavier Aguado, se titula concretamente *Biomecánica del vendaje funcional preventivo de tobillo en deportes de colaboración-oposición*, y tuvo que competir con trabajos enviados desde numerosos centros de investigación de España.

Alta incidencia de lesiones

La razón que motivó a Marta Meana, actualmente profesora en la Universidad Católica San Antonio de Murcia, se encuentra en la alta incidencia de

los esguinces de tobillo en deportes como fútbol, baloncesto, balonmano y voleibol, normalmente en el aterrizaje en los saltos o durante las fintas, así como la confianza que, tanto entrenadores como deportistas, tienen en la utilización de vendajes funcionales como método preventivo, sin plantearse si es realmente eficaz en sujetos sanos o si podría ser más perjudicial que beneficioso para el deportista.

Escasa utilidad

En su investigación, la ex alumna de la UCLM ha concluido precisamente que el vendaje “tiene una escasa utilidad en sujetos sanos y que quizás sea más positivo buscar otras alternativas para la prevención de los esguinces de tobillo, como podría ser el entrenamiento propioceptivo o el fortalecimiento de las estructuras anatómicas que rodean la articulación, es decir, buscar una sujeción natural”.



Marta Meana, con el profesor Xavier Aguado

Por otra parte, Marta Meana incide en los riesgos que puede tener la utilización del vendaje tanto si consideramos las pérdidas de eficacia que se producen con el entrenamiento como si nos fijamos en las alteraciones biomecánicas que pueden producirse, no sólo en el tobillo, sino también en otras articulaciones vecinas.

Por último, y en caso de que el uso del vendaje sea imprescindible, es importante prestar mayor atención a las necesidades particulares de reposición del vendaje en función de las características de los sujetos. ○

Objetivos del estudio

Marta Meana se planteó como principal objetivo de su estudio el comprobar la eficacia del vendaje en la limitación de la supinación forzada del tobillo en sujetos sanos durante la realización de una finta, comprobar las pérdidas de eficacia que se producen tras un entrenamiento de 30 minutos y analizar la influencia de las características individuales y de la tipología del pie en la restricción inicial y la pérdida de eficacia, con el fin de conocer las necesidades particulares de reposición del mismo.

El segundo objetivo radicaba en evaluar los efectos adversos que tradicionalmente se vienen asignando al vendaje como método preventivo: el efecto sobre la amortiguación de los impactos contra el suelo (con plataforma de fuerzas), la disminución del rendimiento deportivo y las alteraciones en la función de apoyo del pie tras el ejercicio con vendaje.