



Ciudad de México, a 19 de junio de 2017

## COMUNICADO DE PRENSA

### FRECUENTES Y COMUNES LAS LESIONES POR SOBRECARGA EN ATLETAS: ESPECIALISTA

- **Recomienda controlar el dolor y la inflamación, así como realizar un diagnóstico preciso**
- **Estos traumatismos se han dado desde hace más de un siglo y son poco estudiados**

#### C-502

Las lesiones por sobrecarga son más frecuentes y típicas en atletas de alto rendimiento, generalmente ocurren por pequeños traumatismos constantes, lo que hace más difícil su detección, aseguró Pedro Carpintero Benítez, especialista español en traumatología y cirugía ortopédica.

Al dictar la conferencia “Lesiones por sobrecarga”, en el auditorio de la Coordinación General de Formación e Innovación Educativa (CGFIE) del Instituto Politécnico Nacional (IPN), afirmó que estos traumatismos se han dado desde hace más de un siglo, son poco estudiados y tienen errores frecuentes de diagnóstico.

Carpintero Benítez, quien es profesor de la Universidad de Córdoba, España, subrayó que los factores por lo que se dan estas golpes son debido a una condición física incorrecta, uso de una técnica deficiente, mala dosificación o cambios bruscos de entrenamiento, existe un terreno o equipo deficiente, mala elección del deporte por parte del atleta, problemas biomecánicos y por desequilibrios musculares.



Dentro de la XX Clínica de Actualización Deportiva, organizada por la Dirección de Desarrollo y Fomento Deportivo del IPN, precisó que existe una gran variedad de contusiones por sobrecarga ósea, articular, muscular, tendinosa y neurológica.

El doctor en medicina y cirugía mencionó que otras lesiones frecuentes en deportistas jóvenes son las fracturas por estrés con un 10 por ciento. Éstas se dan por un microtraumatismo repetido que sobrepasa la capacidad de resistencia, por una fatiga sobre un hueso sano y una insuficiencia sobre un hueso osteoporótico.

Abundó que estas fracturas se localizan en cualquier hueso del cuerpo que esté sometido a cargas cíclicas y se dan en miembros inferiores en 95 por ciento de los casos, por lo que, dijo, que la prevención es el mejor tratamiento, controlar el dolor y la inflamación, así como realizar un diagnóstico preciso y reducir la actividad física.

===000===