

## LESIONES DEPORTIVAS Y FILATELIA

Las *lesiones deportivas* suelen producirse mientras se practica un deporte organizado, sea en una competición, una sesión de entrenamiento u otra actividad física organizada.

En los jóvenes este tipo de lesiones ocurren por diversas razones, incluyendo un entrenamiento incorrecto, llevar un calzado deportivo inadecuado, no llevar equipo de protección necesario y el rápido crecimiento que se experimenta durante la pubertad.

Hay dos grandes categorías de *lesiones deportivas*:

### A.- *Lesiones traumáticas agudas*

Suelen producirse a raíz de un solo golpe o de la aplicación de una fuerza aislada.

Incluyen: *Fracturas, Contusiones, Esguinces, Distensiones, Abrasiones, Laceraciones.*

### B.- *Lesiones por sobrecarga o de tipo crónico.*

Se desarrollan durante un periodo de tiempo más o menos prolongado. Suelen estar provocada por movimientos repetitivos.

Incluyen: *Fracturas por sobrecarga, Tendinitis, Epifisitis o Apofisitis.*

**ATLETISMO:** Los ejercicios de estiramiento y reforzamiento contribuyen a prevenir y mitigar muchos trastornos de los atletas. Deben realizarse ejercicio de estiramiento lentos y suaves antes , durante la carrera y después , a fin de mantener la flexibilidad de la espalda , muslo, piernas y estructuras plantares.



COREA 1991  
BARCELONA 1992



COREA 1991  
BARCELONA 1992



CUBA 1990  
BARCELONA



CUBA 1977  
ESPARTAQUIADAS



CUBA 1992  
BARCELONA

El *atletismo* es el deporte que reúne mas modalidades. En las carreras de fondo , las lesiones afectan a *las plantas de los pies, el tendón de Aquiles, los gemelos y la rótula*. En los saltos la *rótula* es la parte mas dañada, mientras que en el salto de altura es el *ligamento lateral interno de la rodilla*.



GUINEA BISSAU BARCELONA 1992



GUINEA BISSAU BARCELONA 92



GUINEA 1983  
LOS ANGELES



GUINEA  
MONTREAL



GUINEA 1983  
LOS ANGELES

*Naismith* buscaba un deporte de destreza que no requiriese un contacto físico de fuerza, empleando como primeras cestas unas cajas de melocotones.

Desde el salto inicial hasta los tiros a canasta, la principal acción en el baloncesto consiste en saltar para impulsarse, para buscar la posesión de la pelota o para lanzarla con mayor solvencia.



*España  
J.O. Montreal 1976*



*Camboya  
Barcelona 92*

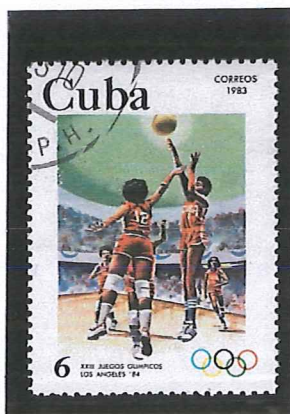


*Tarjeta Máxima Mundobasquet 86*

Una de las principales lesiones en la practica del *baloncesto* es la “*Rodilla del saltador*” una verdadera “*tendinitis rotuliana*”. Se trata de un dolor sin inflamación aparente y perfectamente localizada.



*Rodillo conmemorativo del Mundobasket España 1986*



*CUBA 1983  
J.O. Los Angeles 84*



*CUBA 1990  
Barcelona 92*



*CAMBOYA 1990  
Barcelona 92*

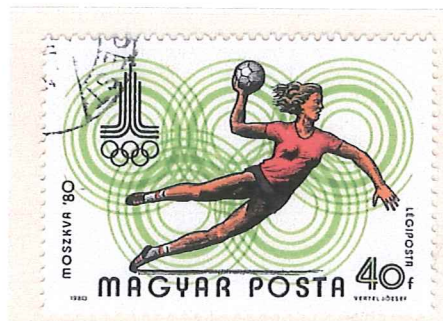
Los deportes de equipo son una actividad física donde tiene lugar un gran número de lesiones, tanto agudas como por repetición de los gestos deportivos. En *balonmano*, aproximadamente el 70% de las lesiones afectan a los miembros superiores, siendo el hombro la articulación que mas complicaciones presenta.



BULGARIA 1990  
BARCELONA 92



CUBA 1992  
BARCELONA 92



HUNGRIA 1980  
MOSCÚ 80



RUSIA 1979  
MOSCÚ 80



POLONIA 1984  
LOS ANGELES 1984



NICARAGUA 92  
BARCELONA 92

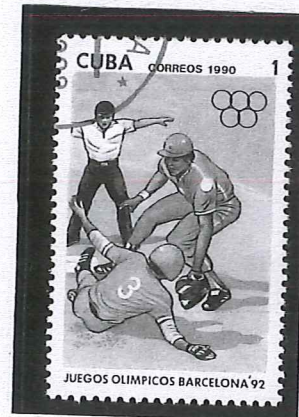
**BEISBOL** : Son a causa de los entrenamientos y el juego.La velocidad que desarrollan producen colisiones o choques y hacen que los tejidos se dañen.En ocasiones las lesiones se producen por factores de su estructura corporal o por el terreno de juego.



CUBA 1983  
PANAMERICANOS



CUBA 1991  
BARCELONA 92



CUBA 1990  
BARCELONA 92



NICARAGUA 1983  
J. PANAMERICANOS



NICARAGUA 1987

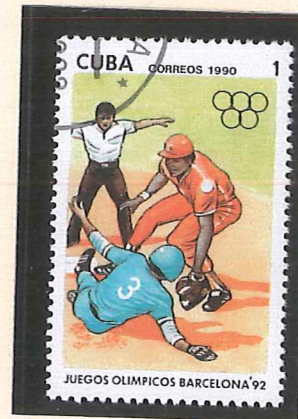
**BEISBOL** : Son a causa de los entrenamientos y el juego. La velocidad que desarrollan producen colisiones o choques y hacen que los tejidos se dañen. En ocasiones las lesiones se producen por factores de su estructura corporal o por el terreno de juego.



CUBA 1983  
PANAMERICANOS



CUBA 1991  
BARCELONA 92



CUBA 1990  
BARCELONA 92



NICARAGUA 1983  
J. PANAMERICANOS



NICARAGUA 1987

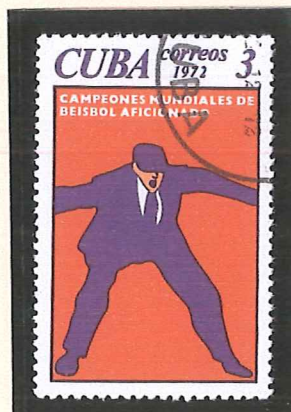
Las lesiones mas comunes en el *beisbol* son : las *heridas* ,*contusiones*, *distensiones* ,*contracturas* , *esguinces* ,  
*luxaciones* y *fracturas*.



CUBA 1971  
CAMPEONATO MUNDIAL DE BEISBOL AFICIONADO



CUBA 1972



CUBA 1972



LAO 1992  
BARCELONA 92

## BOXEO

Al golpear repetidamente con el puño se producen sinovitis traumáticas de la articulación metacarpofalángica del tercer dedo.



CAMBOYA  
BARCLONA 92



POLONIA  
MUNICH 1972



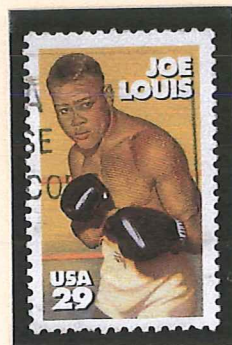
CUBA 1982  
J. CENTROAMERICA



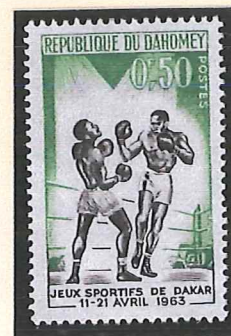
GUINEA ESPAÑOLA



POLONIA



ESTADOS UNIDOS



DAHOMEY 1963

## BOXEO

A largo plazo , los boxeadores acaban con un desgaste excesivo del cartílago de la nariz.



HUNGRÍA  
MUNICH 72



CAMBOYA  
BARCELONA 92



LAO  
BARCELONA 92



VIETNAN 1991



POLONIA  
TOKIO 1964



SAHARA 1990  
BARCELONA 92

**CICLISMO: FRACTURAS DE CLAVÍCULA:** El mecanismo de producción suele ser traumatismo directo y las mas frecuentes son las de tercio medio.



**VUELTA CICLISTA A ESPAÑA**  
CONTRA RELOJ INDIVIDUAL

13 de Mayo 1.989 :: MEDINA DEL CAMPO



**SOBRE PRIMER DIA ESPAÑA .1989 VUELTA CICLISTA**



NICARAGUA 1982  
J. CENTROAMERICA



CUBA 91  
BARCELONA



NICARAGUA  
BARCELONA 92



POLONIA 1984

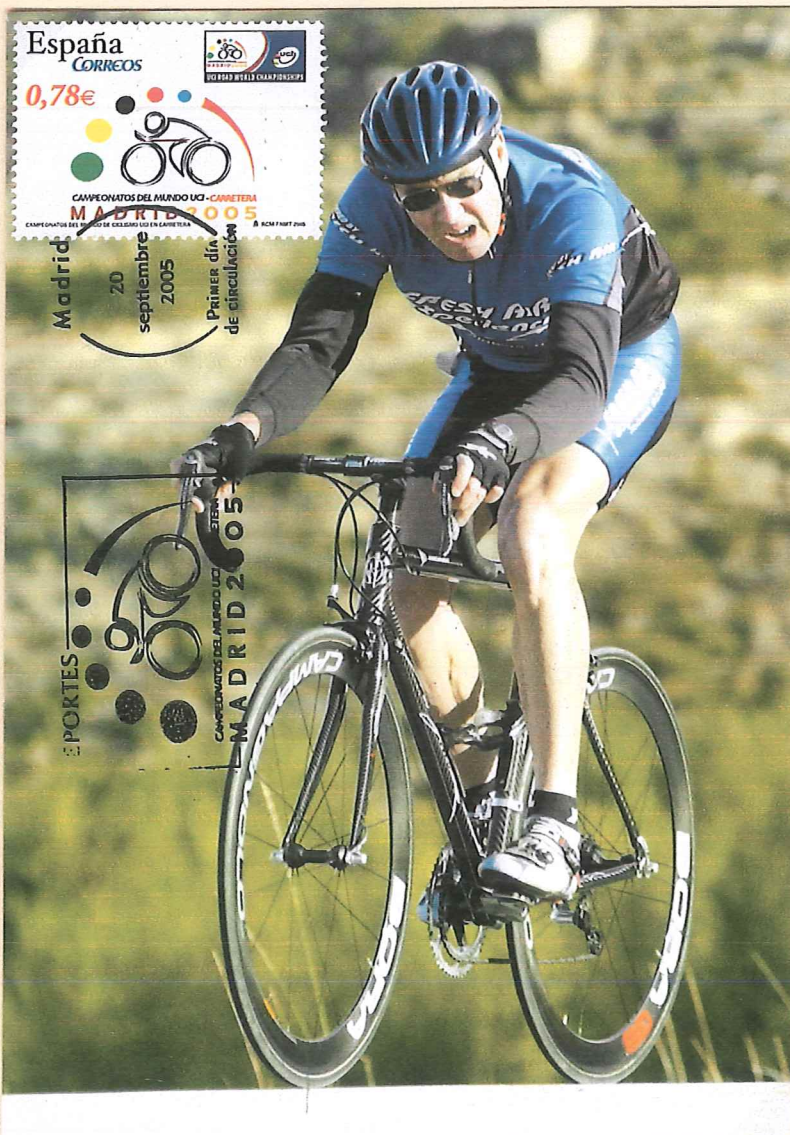


POLONIA 1985

## CICLISMO

Hay que usar ropa adecuada , lo mas ajustada al cuerpo y un calzado adecuado.

Sillin adecuado , en su forma , rígido ,regulación adecuada en altura y posición. Que el pedaleo resulte comodo



TARJETA MÁXIMA ESPAÑA  
MADRID 2005



ITALIA  
IMOLA 1968



POLONIA  
MONTREAL 76



ALEMANIA  
BERLIN 1979

## ESGRIMA

Los calambres por la brusquedad de los movimientos son habituales, así como las talalgias por los apoyos violentos con la pierna de ataque.



MOSCU 86



MOSCU 86



MOSCU 86



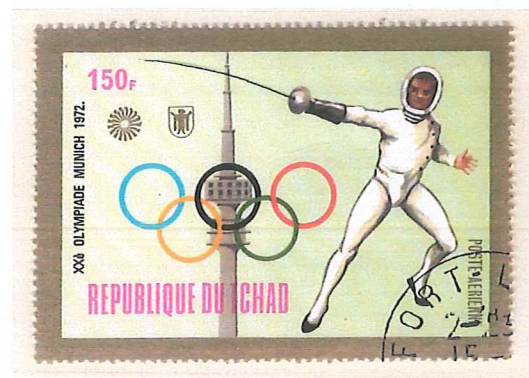
SOBRE MATASELLOS FEDERACIÓN POLACA DE  
ESGRIMA 1976

## ESGRIMA

La posición del brazo y la mano que sujeta el arma también ocasiona tendinitis bicipital y epicondilitis



MONGOLIA 1980



REPÚBLICA DE TCHAT  
MUNICH 1972



R. SHQIPERISE 1972



KAMPUCHEA 1987



POLONIA  
LOS ANGELES 1984



POLONIA  
MONTREAL

Las lesiones en la practica del *esquí* son , en general consecuencia de caídas y de colisiones.

Las caídas pueden ser rotacionales afectando a la rodilla y el tobillo.Las no rotacionales originan fracturas a nivel del extremo superior de la bota o rotura del tendón de Aquile



FUJEIRA 1976



OLGA PALL 1968  
CAMPEONA GRENoble



GUINEA 1976  
INNSBRUCK

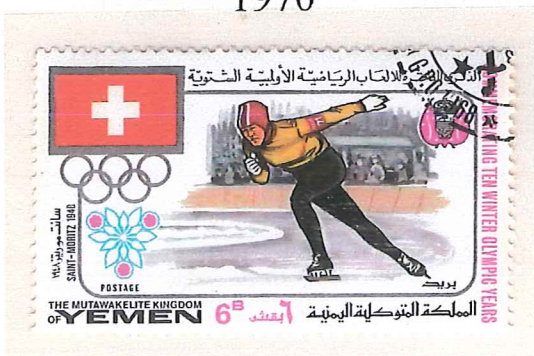
Las colisiones pueden lesionar cualquier parte del organismo.



CHECOSLOVAQUIA  
1970



ARABIA 1968  
GRENoble 1968



YEMEN 1948  
SANT-MORIZ



ALEMANIA 1972  
SAPORO

El estado de la pista es otro factor condicionante del tipo y localización de la lesión. La nieve pesada y floja aumenta el riesgo de lesiones *de rodillas y tobillos*.



La nieve dura aumenta la incidencia de lesiones en *extremidades superiores*



HUNGRÍA 1975  
LAUSANNE



ESPAÑA 1988  
CALGARY



JAPÓN 1972



ARGENTINA  
BARILOCHE



CHECOSLOVAQUIA  
1983

Las normas del *fútbol* datan de 1863 , pero juegos parecidos se encuentran en diferentes épocas : el *tsuchi* chino de hace 2.500 años , el *hapraston* griego , los pasatiempos medievales.....  
 Las lesiones tendinosas mas frecuentes son las *distensiones de los aductores y la osteopatía de pubis.*



## TARJETA MÁXIMA . CENTENARIO DEL CÁDIZ 2010



## COPA MUNDIAL DE FÚTBOL. ESPAÑA 1982

**FÚTBOL** : La lesión mas grave es la triada: *rotura del ligamento lateral interno, cruzado y menisco interno de la rodilla* . Las principales lesiones óseas afectan a tibia y peroné.



TARJETA MÁXIMA. CAMPEONATO MUNDIAL .ESPAÑA



COPA MUNDIAL DE FÚTBOL ESPAÑA 1982

La patología del *fútbol* presenta problemas específicos : *artrosis tibiotarsianas , pié , rodilla y caderas*. Pero es particularmente frecuente la “ *osteopatía dinámica del pubis*”.

COPA MUNDIAL DE FUTBOL


ESPANYA '82



PRIMER DIA DE CIRCULACIO


PRINCIPAT D'ANDORRA

S.F.C. - F 42



Correus PRINCIPAT D'ANDORRA 14 PTA

Copa Mundial de Fútbol Espanya 82



Correus Espanya 82 33 PTA

PRINCIPAT D'ANDORRA

13 JUN 82 ANDORRA LA VELLA

SOBRE PRIMER DIA ANDORRA . COPA MUNDIAL 1982



RUMANIA 1979  
ROMA 1960



RUMANIA 1979  
TOKIO 1964



RUMANIA 1979  
MÉJICO 1968



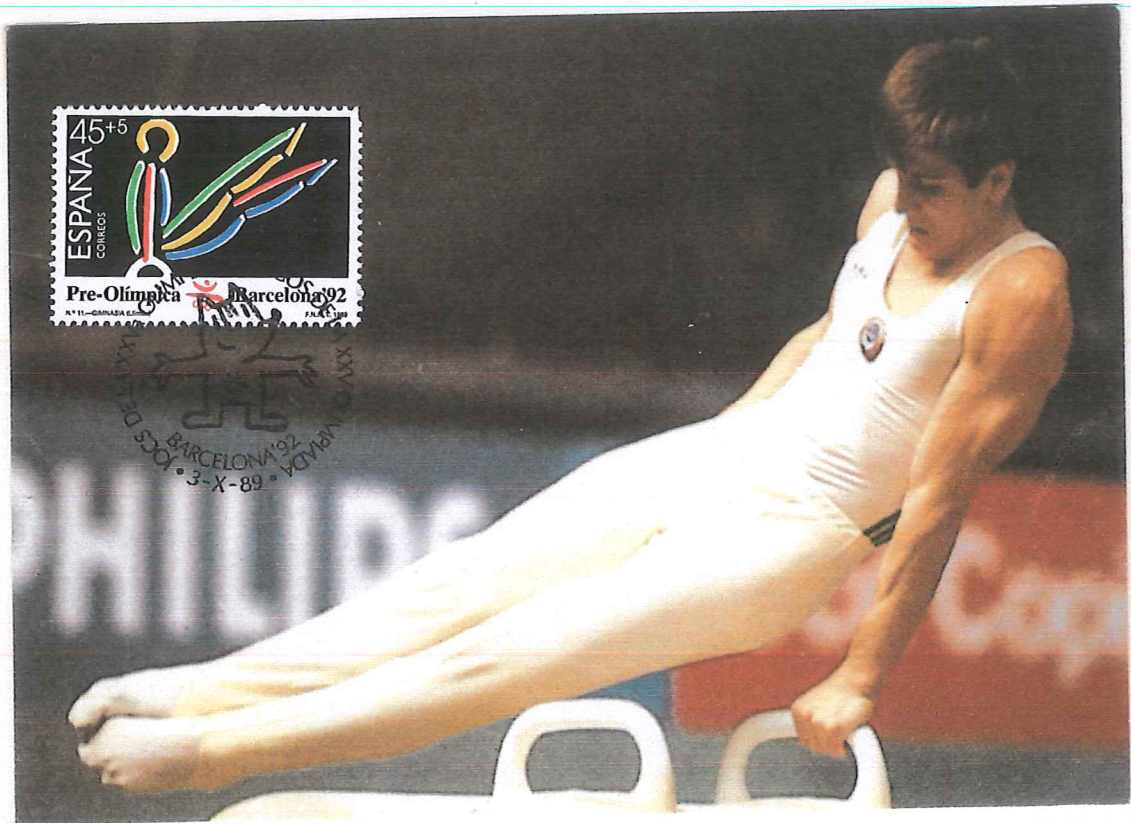
RUMANIA 1979  
MUNICH 1972



RUMANIA 1979  
MONTREAL 1976

**GIMNASIA.**

Los ejercicios sobre el caballo con arco provocan un exceso de carga sobre la muñeca y son los causantes de los cambios de estrés en fisis de radio y cúbito.



TARJETA MÁXIMA .PRE OLÍMPICA 1989.BARCELONA 92



NICARAGUA 1989  
BARCELONA 92



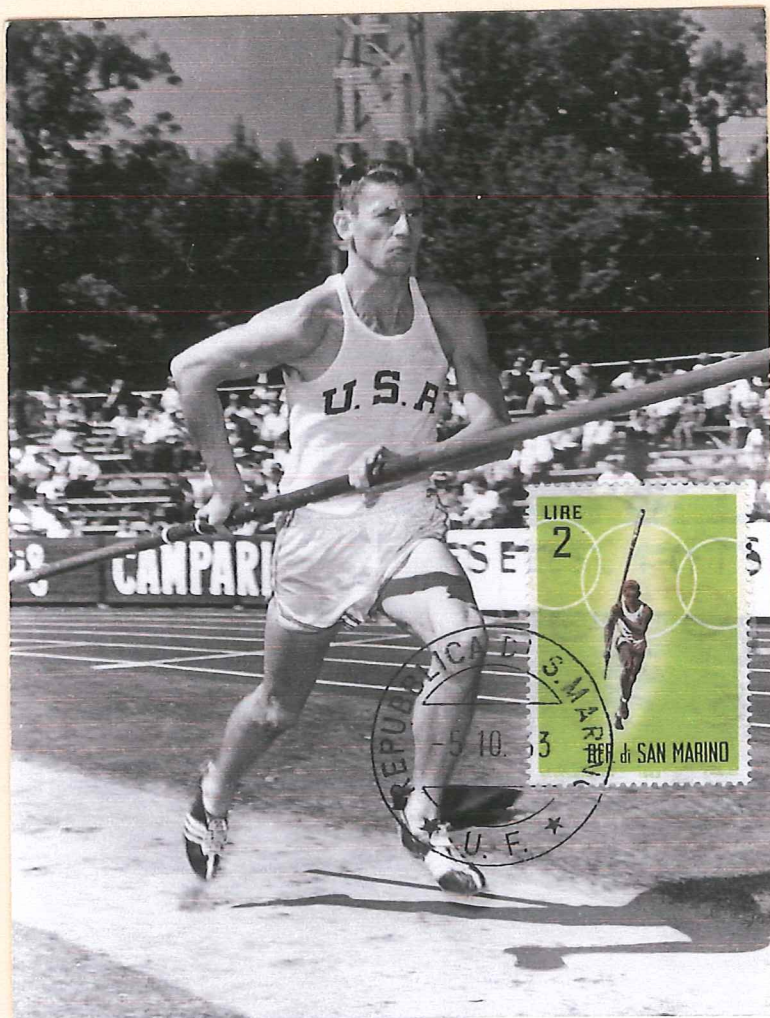
NICARAGUA 1987



LAO 1989  
BARCELONA 92

## GIMNASIA: LA PÉRTIGA

Los atletas de esta especialidad están expuestos a lesiones de “luxaciones de hombro”, “esguinces de muñeca” y el “síndrome compartimental del brazo” así como las propias de la carrera.



TARJETA MÁXIMA  
S. MARINO 1963



CHECOSLOVAQUIA 1978



POLONIA



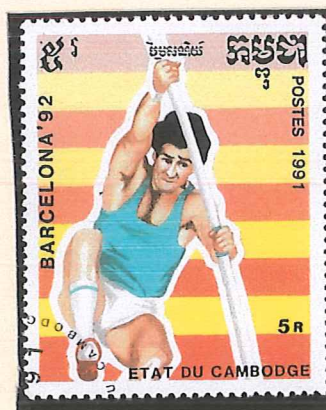
KOREA  
BARCELONA 92

## GMNASIA: LA PÉRTIGA

El “*síndrome compartimental del brazo*” consiste en el “atrapamiento” entre estructuras sólidas, como son los huesos y las aponeurosis de los músculos de vasos sanguíneos y nervios, secundarios a un proceso inflamatorio.



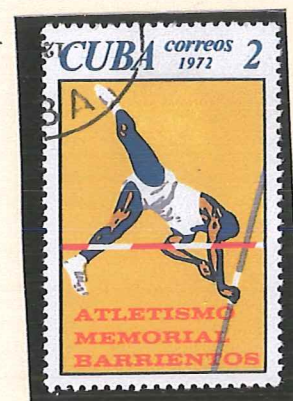
REPÚBLICA DE TCHAD  
MUNICH 1972



CAMBOYA  
BARCELONA 92



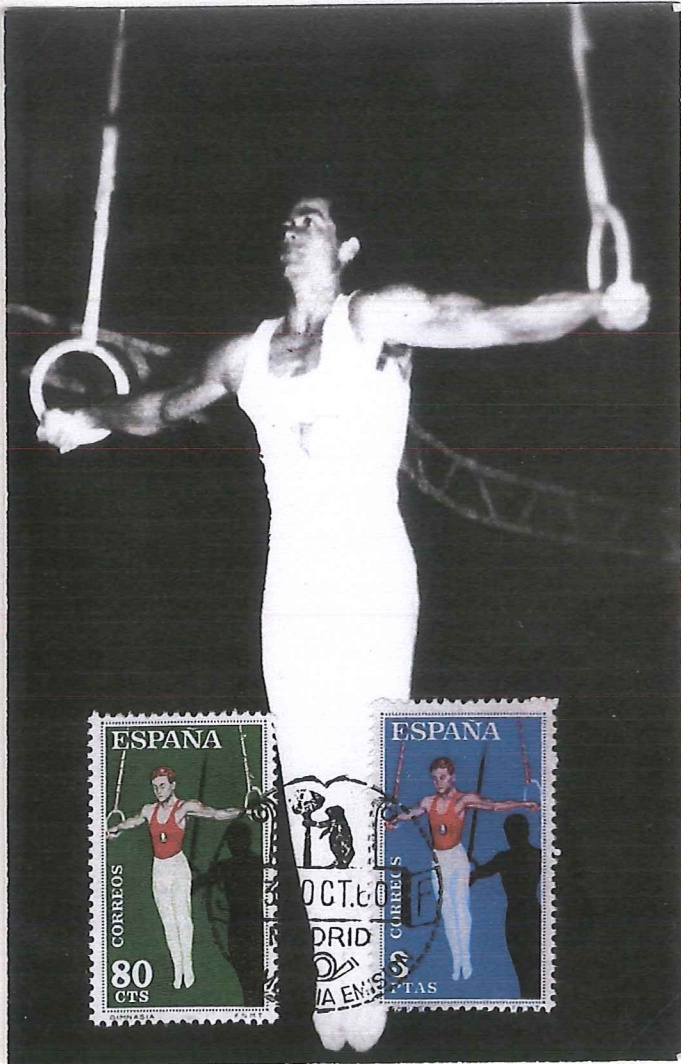
KAMPUCHEA  
LOS ANGELES 1984



CUBA 1972

## GIMNASIA : LOS APARATOS

Las salidas o desmonte de los aparatos , que implican en ocasiones giros asociados y caídas desde alturas considerables , son responsables de muchas lesiones de miembros inferiores , en especial de la rodilla.



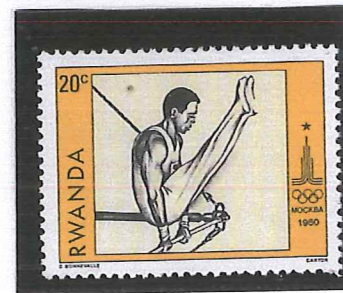
TARJETA MAXIMA  
ESPAÑA 1960



COPA DE EUROPA  
BURAREST



RUMANIA 1977



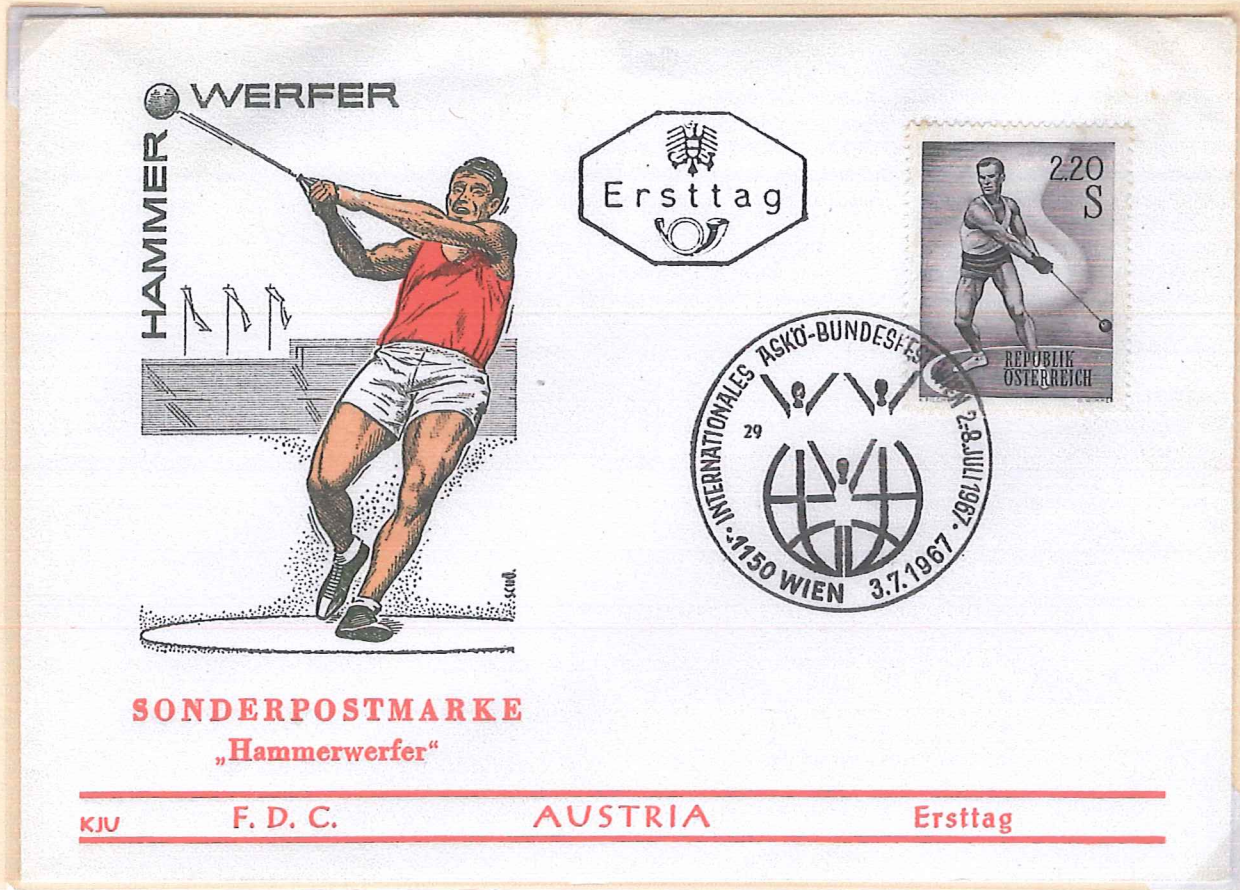
RUANDA  
MOSCÚ 1980



RUMANIA  
MONTREAL 1976

## GIMNASIA. LANZAMIENTOS

La presencia de una zona de crecimiento epifisaria abierta en atletas jóvenes, constituye una condición idónea para el desarrollo de una lesión de sobrecarga de la zona escapulo humeral.



## SOBRE PRIMER DIA VIENA 1967



DOMINICA  
MONTREAL 76



KAMPUCHEA 1987



KAMPUCHEA  
BARCELONA 92

**HALTEROFILIA:** Los musculos que mas sufren son los extensores de la pierna , aductores del muslo, extensores de la columna y rotadores de la articulación escupulo humeral.Las muñecas , los codos y los hombros son victimas de sobrecarga.



HUNGRIA  
BUDAPEST 1962



CAMBOYA  
BARCELONA 1992



CAMBOYA  
BARCELONA 1992



CUBA  
BARCELONA 92

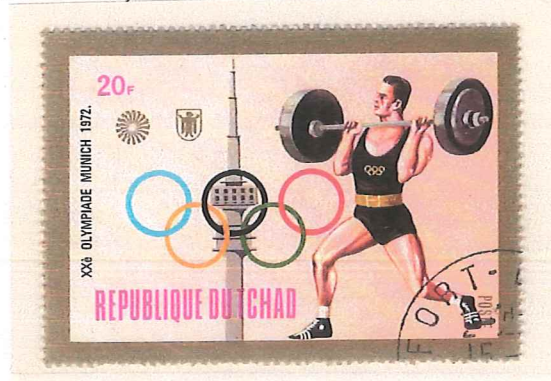


CAMBOYA  
BARCELONA 1992

## UN PROBLEMA DE PESO

El *levantamiento de pesas* es uno de los deportes mas antiguos que se conocen.

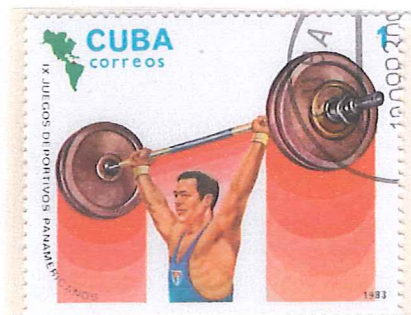
Se introdujo como deporte olímpico ya en los primeros juegos de la época moderna , celebrados en Atenas en el año 1896.



REPÚBLICA DE TCHAD  
MUNICH 1972



KAMPUCHEA 1987



CUBA 1983  
JUEGOS PANAMERICANOS



HUNGRIA 1956



MONGOLIA.MOSCU 1980

**HIPICA.** Las caídas del caballo provocan fracturas en piernas y brazos , e incluso lesiones en el cuello.  
Cuando el animal cae sobre el jinete , los metatarsianos del pie y la cabeza del femur pueden resultar dañados.



VIETNAN 1991



JAPON 1970



GUINEA BISSAU  
LOS ANGELES 1982

Una lesión típica es la que afecta a los ligamentos inguinales y a la inserción del músculo abductor.

**Equitación:** Con la domesticación de los caballos comenzó la *hípica*. Pero no es hasta el Renacimiento cuando surgen las primeras escuelas de equitación, sobre todo en Italia. La lesión principal es la *isquialgia*. Los "isquiones" son los huesos etimológicamente "sentados", los que apoyan a todo el tronco sobre una superficie.



TRAJETA MÁXIMA PRE OLÍMPICA 92 ESPAÑA  
BARCELONA 92



HUNGRIA 1982



GUINEA ECUATORIAL  
MUNICH 72

**HOCKEY:** Es un deporte con una larga historia y que ha sufrido muchos cambios. El jugador ha tenido que desarrollarse fisiológicamente para alcanzar los estándares físicos requeridos a los niveles de élite.



CHECOSLOVAQUIA CHECOSLOVAQUIA CHECOSLOVA.  
PRAGA 1972 PRAGA 1972



RUSIA 1967



POLONIA  
KATOWICE 1976



POLONIA  
KATOWICE 1976



POLONIA  
GRENOBLE 1968

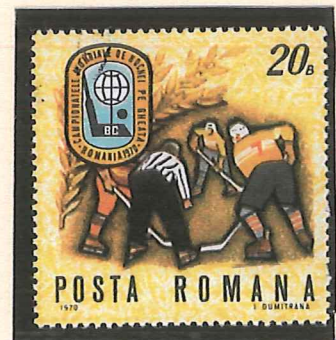
El *Hockey* tiene una larga historia y se cree que ha evolucionado a partir del gusto de los seres humanos por los juegos con bastones y pelotas. Es un juego duro muy predispuesto para accidentes y lesiones.



RUMANIA 1970



RUMANIA 1970



RUMANIA 1970



RUSIA 1973

## NATACIÓN

La lesión del ligamento lateral interno de la rodilla se conoce como la *rodilla del bracista*. La natación propicia hiperlordosis y , en algunos casos, la espondilolisis.



KAMPUCHEA 1983  
LOS ANGELES 1984



BULGARIA 1990  
BARCELONA 92



LAO 1991  
BARCELONA 92



CHECOSLOVAQUIA 1972



CHECOSLOVAQUIA

## NATACIÓN

En el momento de la batida con los pies pueden aparecer talalgias y problemas por hiperextensión de los tobillos.



NICARAGUA 1982  
JUEGOS CENTROAMERICANOS



RUSIA 1985



HUNGRIA  
MEJICO 1968



GUINEA  
JUEGOS OLÍMPICOS DE MOSCU

## NATACION

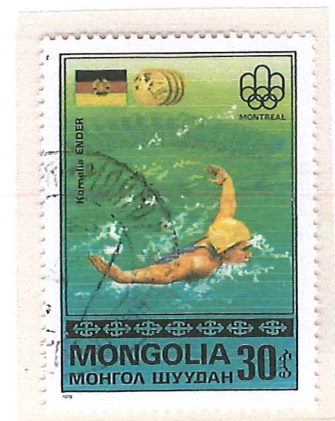
El hombro sufre tendinitis en el supraespinoso y el arco acoracoacromial , asi como luxaciones al producirse la rotación externa.



HUNGRIA  
BELGRADO 1973



MONGOLIA 1976  
MONTREAL



MONGOLIA 1976  
MONTREAL



MONGOLIA  
MOSCU 1980

**PIRAGÜISMO:** Hay patología originada por la relación con el medio. Aparece una elevada incidencia de afecciones de las vías respiratorias superiores, *catarros*, *sinusitis*, *bronquitis*, *otitis*, *hipotermia*. Las *micosis cutáneas* son muy frecuentes.



TARJETA MÁXIMA .PREOLÍMPICA . BARCELONA 92



KAMPUCHEA  
BARCELONA 92



HUNGRÍA 1973



POLONIA 1988

**PIRAGÜISMO:** Hay lesiones originadas por relación con el material como: *Bursitis isquiática*, *paniculitis* o *forúnculos* por la fricción entre la piel del periné y el asiento de la embarcación. *Dermatitis de contacto*.



**TARJETA MÁXIMA .PREOLÍMPICO BARCELONA 92**



ANDORRA  
BARCELONA 1992



POLONIA 1986

En la práctica del *piragüismo* hay lesiones específicas que derivan directamente de la práctica del deporte, del medio en que se desarrolla, de la técnica utilizada, del contacto con el material.



DEPORTES TRADICIONALES. TRAINERAS. ESPAÑA 2008



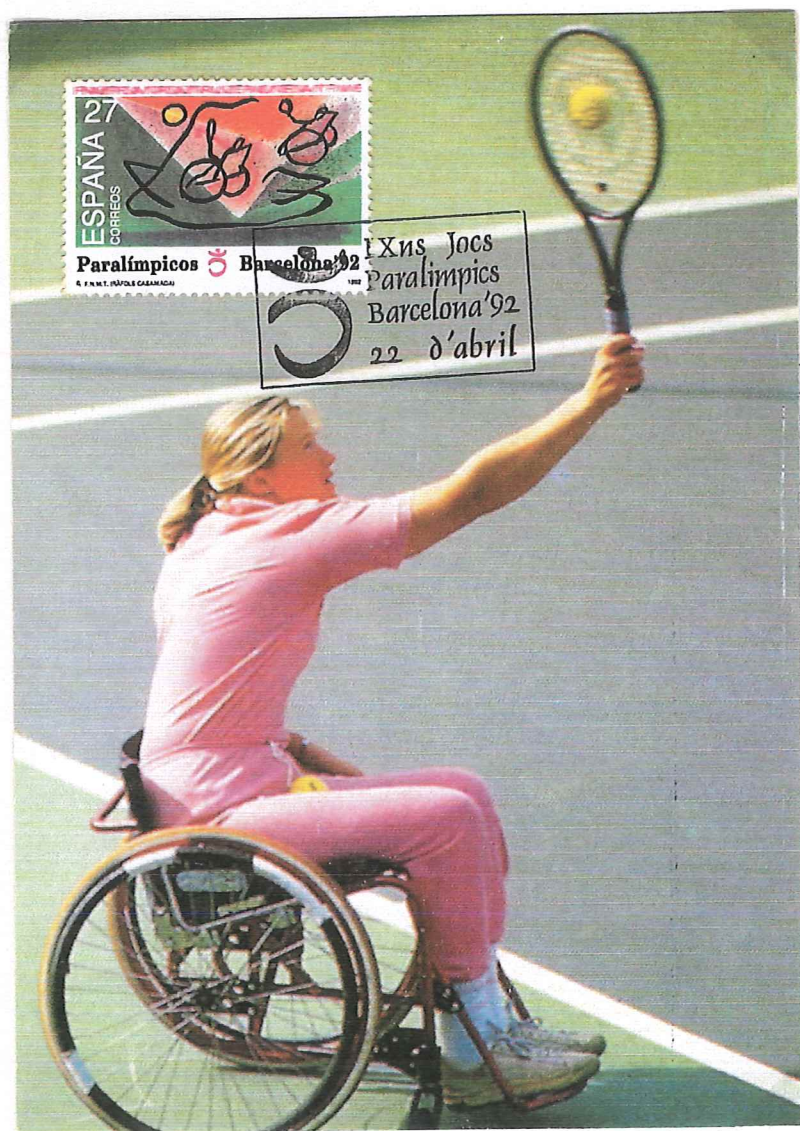
LAO  
BARCELONA 92



LAO  
BARCELONA 92

El tratamiento conservador del “*codo de tenista*” constituye el pilar básico de la actuación y va encaminado a eliminar el dolor de la zona y recuperar la funcionalidad.

Las infiltraciones locales permiten crear una “*ventana libre de dolor*” para la rehabilitación que es fundamental.



TARJETA MÁXIMA  
PARALÍMPICOS BARCELONA 92



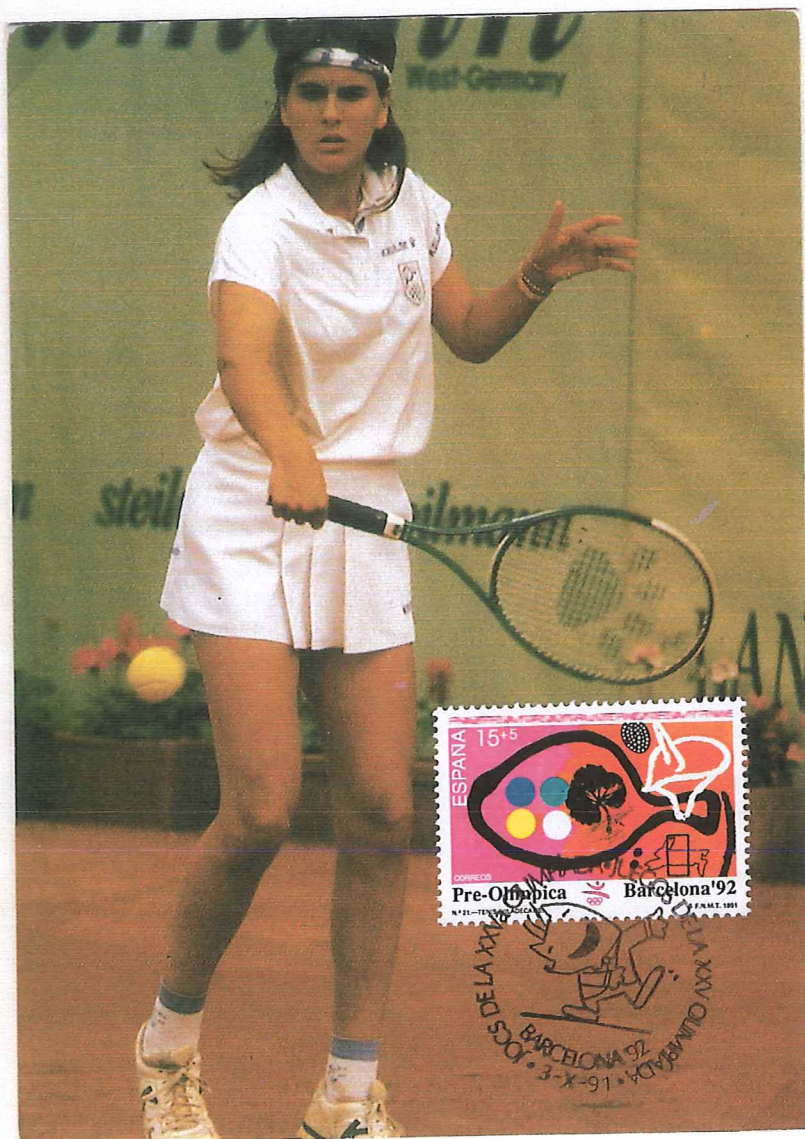
CHECOSLOVAQUIA  
SPARTAKIADA 1985



JAPÓN

## *Epicondilitis o “codo de tenista”*

Es el termino que se emplea para designar el dolor que aparece en la cara externa del codo, el cual se agrava con los movimientos de extensión de muñeca prensión manual.



*LAO 1992  
BARCELONA 92*



*CAMBOYA 1991  
BARCELONA 92*

TARJETA MÁXIMA.PRE OLÍMPICA BARCELONA 92

En estos *esguinces de muñeca* hay que evitar los movimientos que desencadenen el dolor , crioterapia ( hielo o bolsas frías) ,inmovilización con vendaje compresivo y medicación antiinflamatoria.



TARJETA MÁXIMA CHINA 1995



CHECOSLOVAQUIA 1996



HUNGRIA 1958

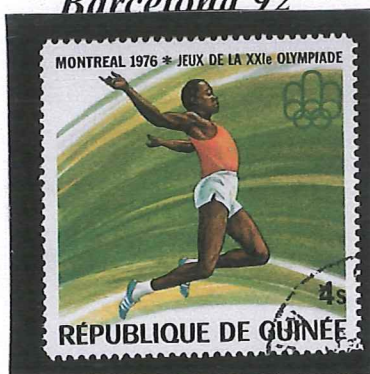
## LA MEDICINA Y EL DEPORTE

**SALTO DE LONGITUD:** Es una de las más antiguas disciplinas deportivas. Siempre ha habido la ilusión de saltar sobre el vacío cualquier distancia.

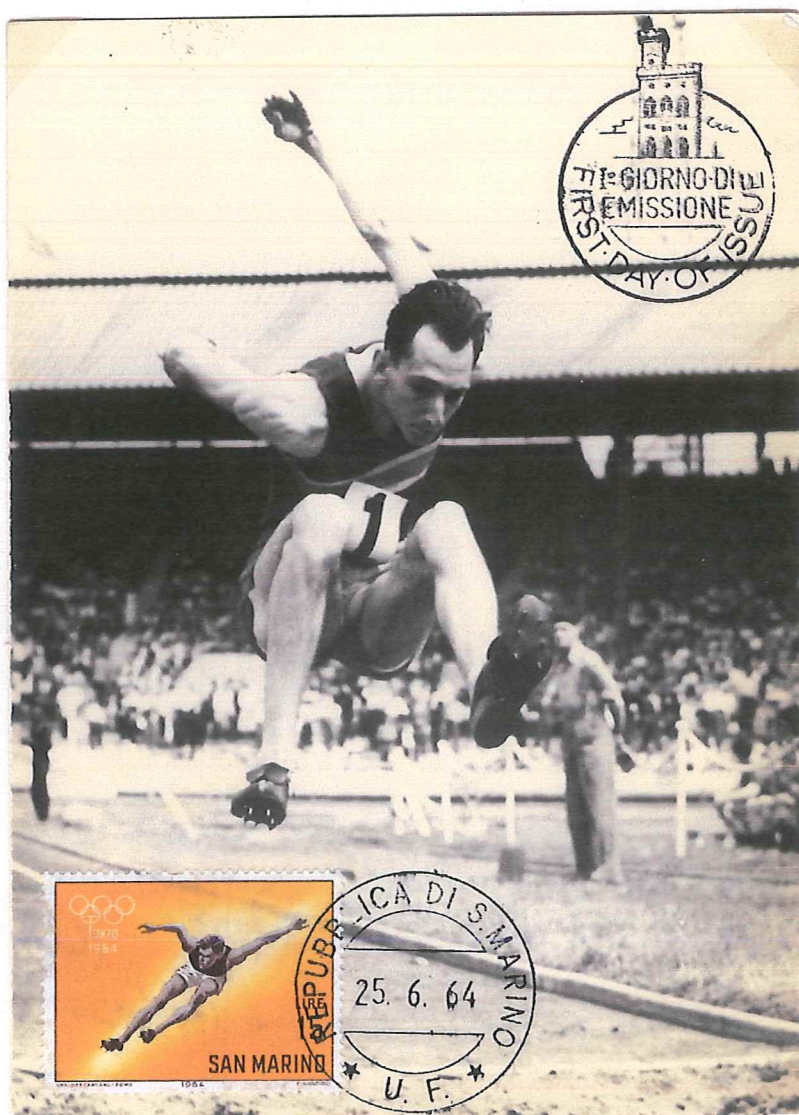
Las sucesivas tentativas del entrenamiento del salto de longitud originan traumatismos en el tobillo, tanto en la fase de despegue como en la de aterrizaje, sin olvidarnos de la carrera sobre suelos de diferentes texturas.



**CUBA 1991**  
**Juegos Olímpicos**  
**Barcelona 92**



**REPUBLICA DE**  
**GUINEA**  
**MONTREAL 1976**



**TARJETA MÁXIMA S. MARINO 1964**  
**TOKIO 1964**

**ATLETISMO:** En los corredores , la zona mas frecuenteente afectada es la *rodilla* , seguido del *tendón de Aquiles*, el área interna de la tibia, *la cadera y la región inguinal*.



LAO 1990  
BARCELONA 1992



LAO 1989  
BARCELONA 92



LAO 1992  
BARCELONA 92



CAMBOYA BARCELONA 92

El *esguince de muñeca* tienen un lugar de notable importancia por su frecuencia y es una de las patologías mas frecuentes en la práctica del *tenis de mesa*. La lesión desencadena un proceso inflamatorio con dolor que se exagera con la movilidad.



TARJETA MÁXIMA 1991 PREOLÍMPICA BARCELONA 92



CUBA 1992  
BARCELONA 92



CAMBOYA 1991  
BARCELONA 92



HUNGRIA 1982  
BUDAPEST

**TIRO:** La postura que adoptan los hombros de arqueros y tiradores provocan tendinitis del supraespinoso y problemas del tendón largo del bíceps.



TARJETA MÁXIMA . TIRO CON ARCO. BARCELONA 92



MONGOLIA 1976  
MONTREAL

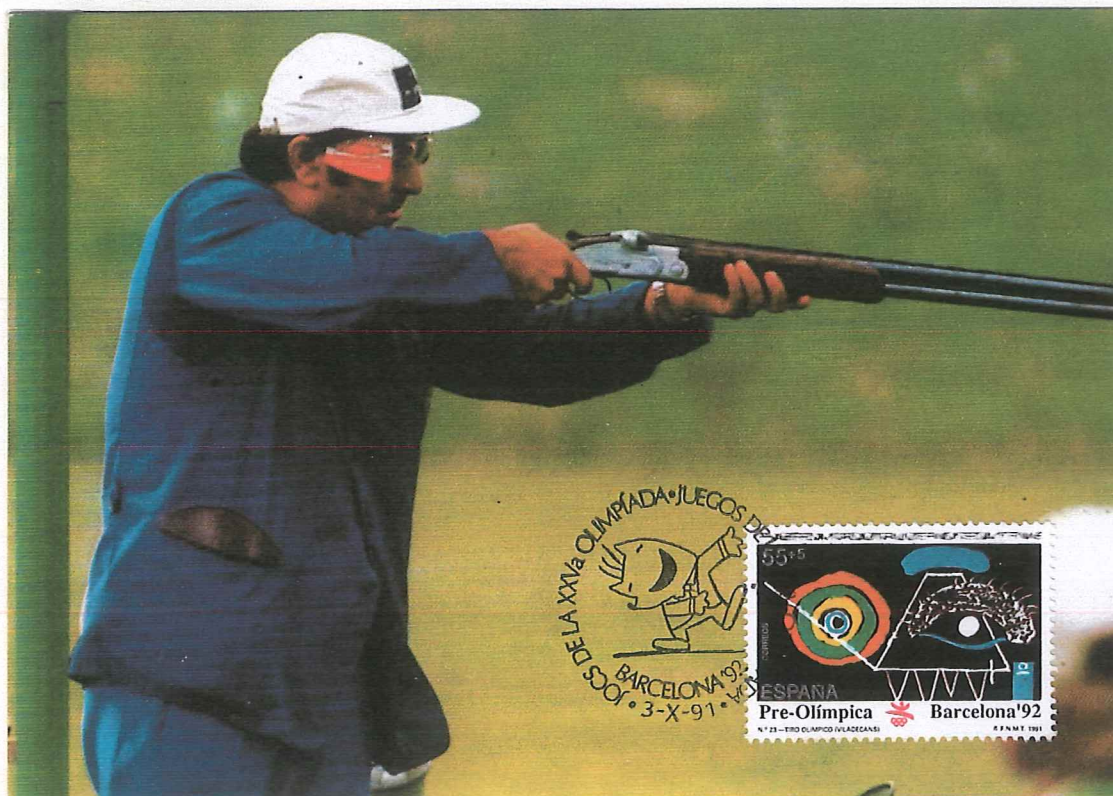


MONGOLIA  
MOSCÚ 1980



MONGOLIA 1981

**TIRO:** Además se producen contracturas del cuello y lesiones de columna.



TARJETA MAXIMA . TIRO .1991 PRE OLIMPICA  
BARCELONA 92



HUNGRIA 1965  
TOKIO 1964



CUBA 1979  
MOSCÚ 1980

## LESIONES EN EL DEPORTE DE LA VELA

Pueden ser consecuencia de una inadecuada forma física , de un exceso de entrenamiento o de accidente. Muchas acciones durante la navegación son repentinas y esporádicas, de modo que ponen a los musculos en riesgo de lesión.



TARJETA MÁXIMA.DESAFIO ESPAÑOL.VALENCIA 2007



POLONIA 1965



POLONIA 1965

Uno de los movimientos que mas problemas ocasiona en la *vela* es hacer banda, es decir, inclinar el cuerpo hacia el exterioro con el fin de esderezar el barco. Esta tarea puede ocasionar problemas de rodilla y lumbalgias



TARJETA MÁXIMA .MUNDO VELA 92 CÁDIZ



LAO 1992



HUNGRIA 1985



VIETNAM 1991

**VOLEIBOL:** Los modos de lesionarse un jugador de voleibol pueden ser , principalmente, de tres maneras distintas: lesiones producidas por *accidentes deportivos* (una mala caída , contusión externa , auto traumatismo ) , las que acontecen por *altas cargas de tratamiento* ( microtraumatismos múltiples ) y las relacionadas con los *elementos de juego* (campo , balón y calzado).



NICARAGUA 1989  
BARCELONA 92



CUBA 1990  
BARCELONA 92



CUBA 1983  
J. PANAMERICA



CUBA 1977  
ESPARTAQUIADA



NICARAGUA 1987

**VOLEY:** Puede haber tendinitis rotuliana y algunas lesiones neurológicas, como la parálisis aislada del infraespinoso en el brazo con que se saca, a a que se suman los frecuentes problemas en los dedos de las manos y muñecas.



TARJETA MÁXIMA PR OLÍMPICA BARCELONA 92



RUSIA 1984



AFGANISTAN 1985



ALEMANIA 1983

## WATERPOLO

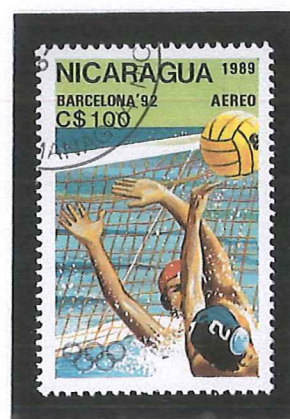
Mantener el brazo en alto para amagar el tiro o intentar marcar provoca tendinitis del bíceps , del deltoides y el manguito de los rotadores.



HUNGRIA 1958



ITALIA 1994  
ROMA

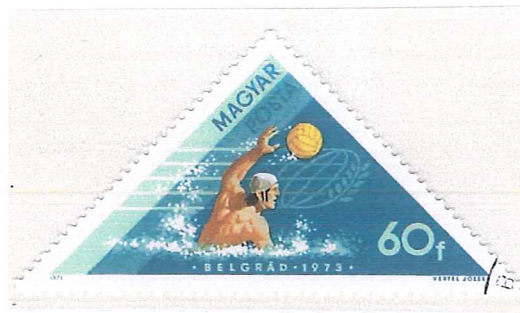


NICARAGUA 1989  
BARCELONA 92

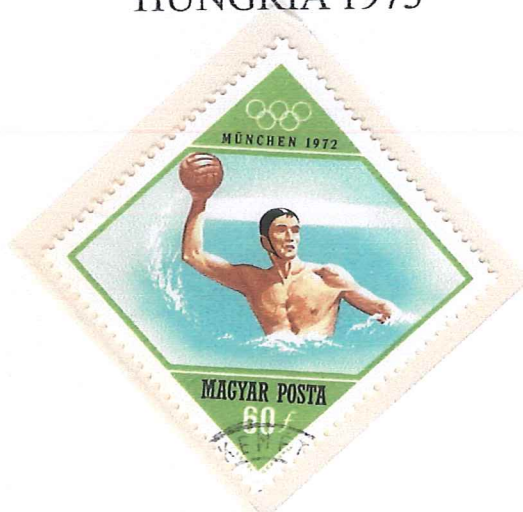


RUMANIA 1983

**WATERPOLO:** Es un deporte en el que el contacto es constante, tanto por encima como por debajo del agua. Los problemas habituales afectan a la cabeza , la cara y los ojos.



HUNGRIA 1973



HUNGRIA  
MUNICH 1972



HUNGRIA  
OLIMPIA TOKYO 1984

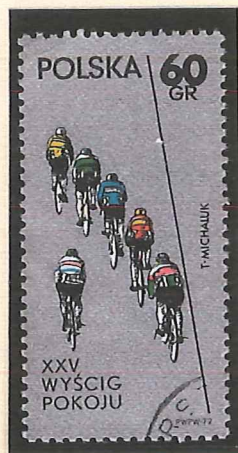
**CICLISMO:** La progresión en el entrenamiento , la ingesta de liquido abundante y las cremas hidratantes aplicadas a la zona genitocrural ayudan a alargar la aparición de los problemas.



RUMANIA 1986



RUMANIA 1986



POLONIA



GUINEA  
MUNICH 1972



LAO  
BARCELONA 1992



CHECOSLOVAQUIA

**CICLISMO: DISFUNCIÓN URINARIA: La uretritis, los problemas dermatológicos perineales y la disfunción eréctil on posibilidades nosológicas entre los practicantes del ciclismo.**



**GUINEA ECUATORIAL  
TOUR 1972**



**SAHARA OCC.  
BARCELONA 92**



**VIETNAM 1991**



**LAO  
BARCELONA 92**



**CHECOSLOVAQUIA 1977**



**CHECOSLOVAQUIA 1972**

## CICLISMO.

Los sillines de bicicleta pueden ser una fuente de problemas sexuales y urológicos. Además de los derivados de la posición, son frecuentes los antecedentes de traumatismos y contusiones con la barra superior en la zona perineal.



TARJETA MAXIMA PRE OLIMPICA 89.BARCELONA 92



POLONIA 1986



POLONIA 1986



POLONIA 1986



POLONIA 1986

En los jóvenes jugadores de *baloncesto* las tracciones ocurren en la inserción sobre una tuberosidad tibial inmadura , dando lugar al conocido síndrome de la *osteonecrosis aseptica de Osgood-Schlatter*.



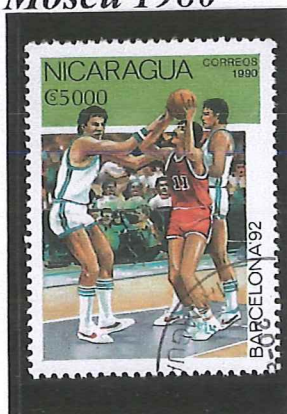
*Sobre con matasellos de Mundobasket 86 España.*



*Checoslovaquia  
Moscu 1980*



*Hungria 1964*

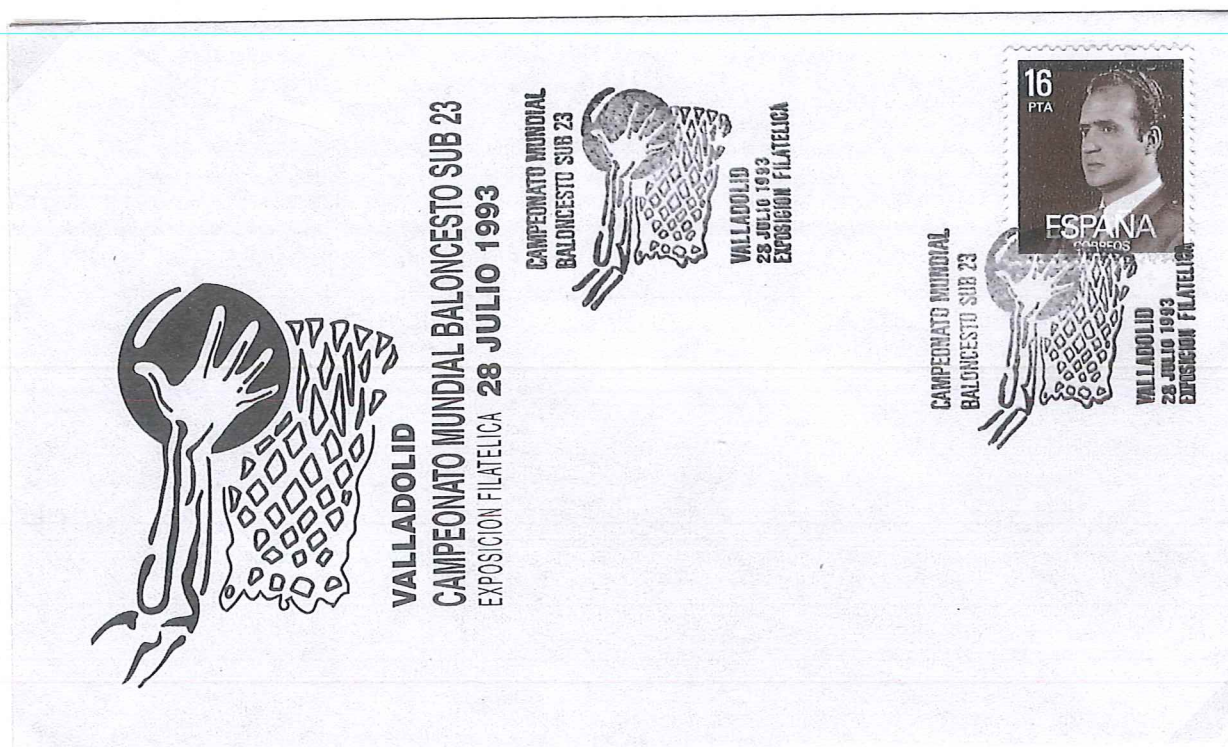


*Nicaragua 1990  
Barcelona 92*



*Marruecos 1990  
Barcelona 92*

El salto en altura ,en el *baloncesto* , es una acción en la que la rodilla interviene de manera decisiva merced a la contracción del cuádriceps.La excesiva o repetitiva tracción desde el cuádriceps acaba provocando microdesgarros de la colagena tendinosa.



*Sobre y rodillo Campeonato Mundial de Baloncesto Sub23  
España :Valladolid 1993*



*BRASIL 1971  
VI Campeonato  
Mundial femenino*



*LAO 1990  
Barcelona 92*



*LAO 1992  
Barcelona 92*

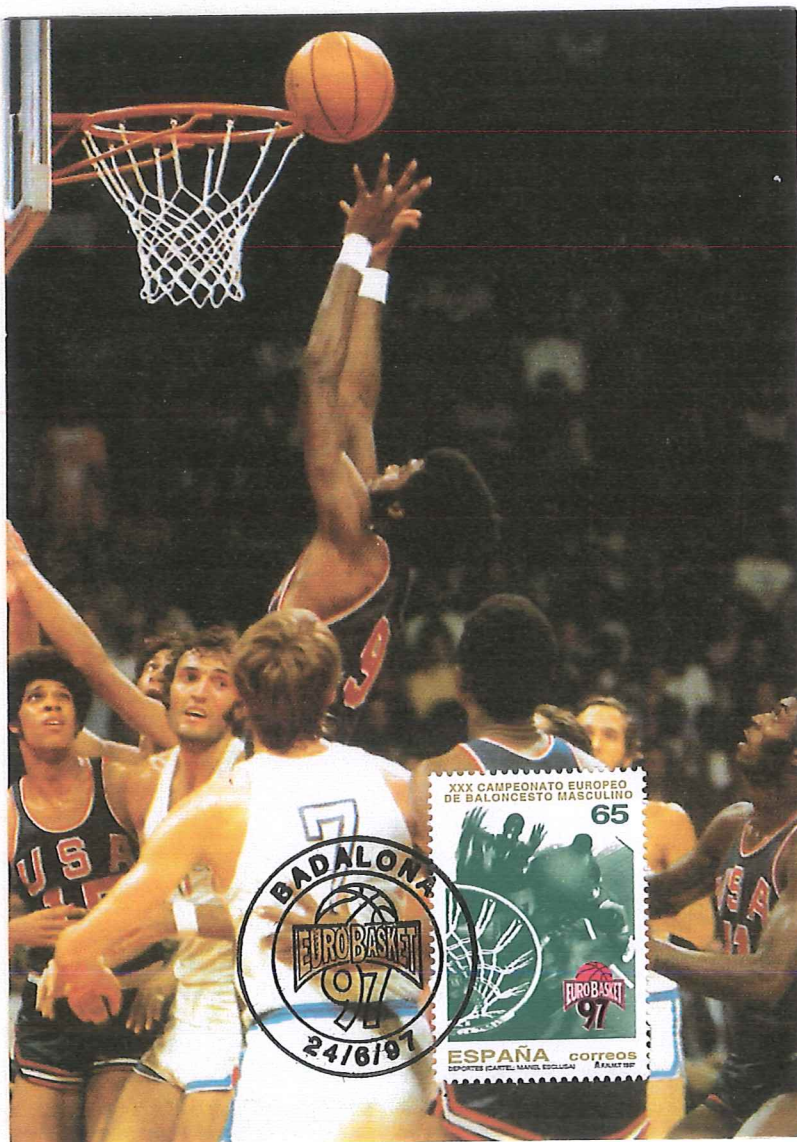
**EL BALONCESTO** fue inventado en 1891 por el Dr. James A. Naismith profesor de la Asociación de Jóvenes Cristianos, en Springfield, Massachusetts. Motivado por la necesidad de crear un deporte que permitiera practicarse bajo techo para estimular y garantizar la asistencia de los deportistas durante el invierno.



*República de Djibouti 1979*



*Nicaragua 1983  
J.O. Los Angeles 84*



*Tarjeta Máxima Eurobasket 97  
Badalona (España)*

## BOXEO

Cuando se pega mal hay fracturas del metacarpiano del primer dedo. Fracturas costales y cortes en la cara completan la gama.



GUINEA BISSAU  
BARCELONA 92



MONGOLIA  
MONTREAL 76



R. DE COTE DIVOIRE  
MOSCÚ



GUINEA  
MOSCÚ



MONGOLIA  
MOSCÚ



NICARAGUA 1982

## BOXEO

*Síndrome por compresión del olecranon (codo del boxeador).*  
Se debe a una carga repetitiva de extensión en valgo. Como consecuencia, el olecranon se desplaza contra la pared interna de la fosa olecraniana.



RUSIA 1960



RUSIA 1963



RUSIA 1963

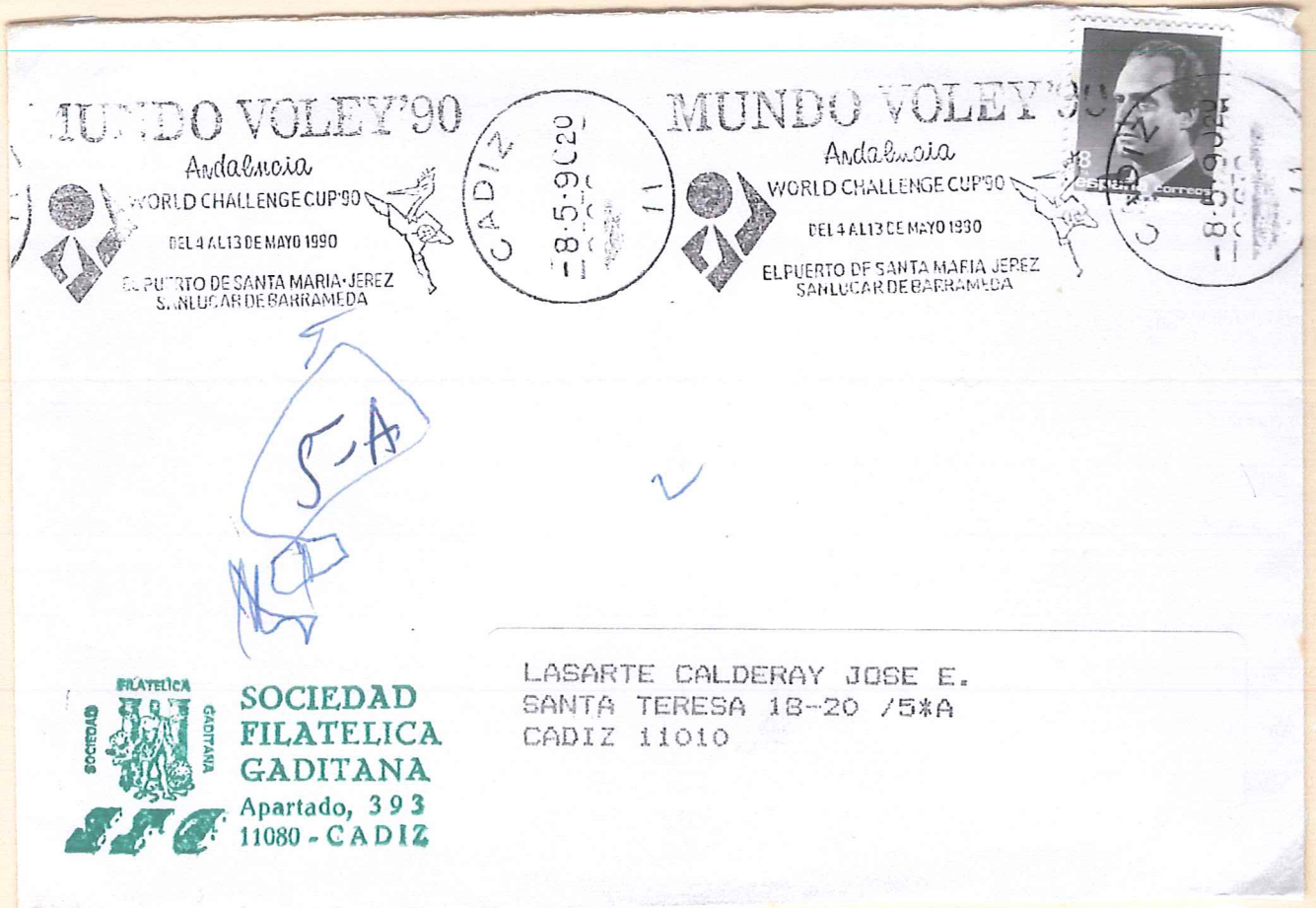


CHECOSLOVAQUIA 1957



POLONIA 1968

**VOLEY:** Las lesiones que afectan a las articulaciones son las de los ligamentos y meniscos de las rodillas, así como el *esguince de tobillo*, que se produce en las caídas.




**SOCIEDAD  
FILATELICA  
GADITANA**  
 Apartado, 393  
 11080 - CADIZ

LASARTE CALDERAY JOSE E.  
 SANTA TERESA 1B-20 /5ªA  
 CADIZ 11010

**RODILLO. MUNDO VOLEY '90. ANDALUCIA**



ALEMANIA 1969

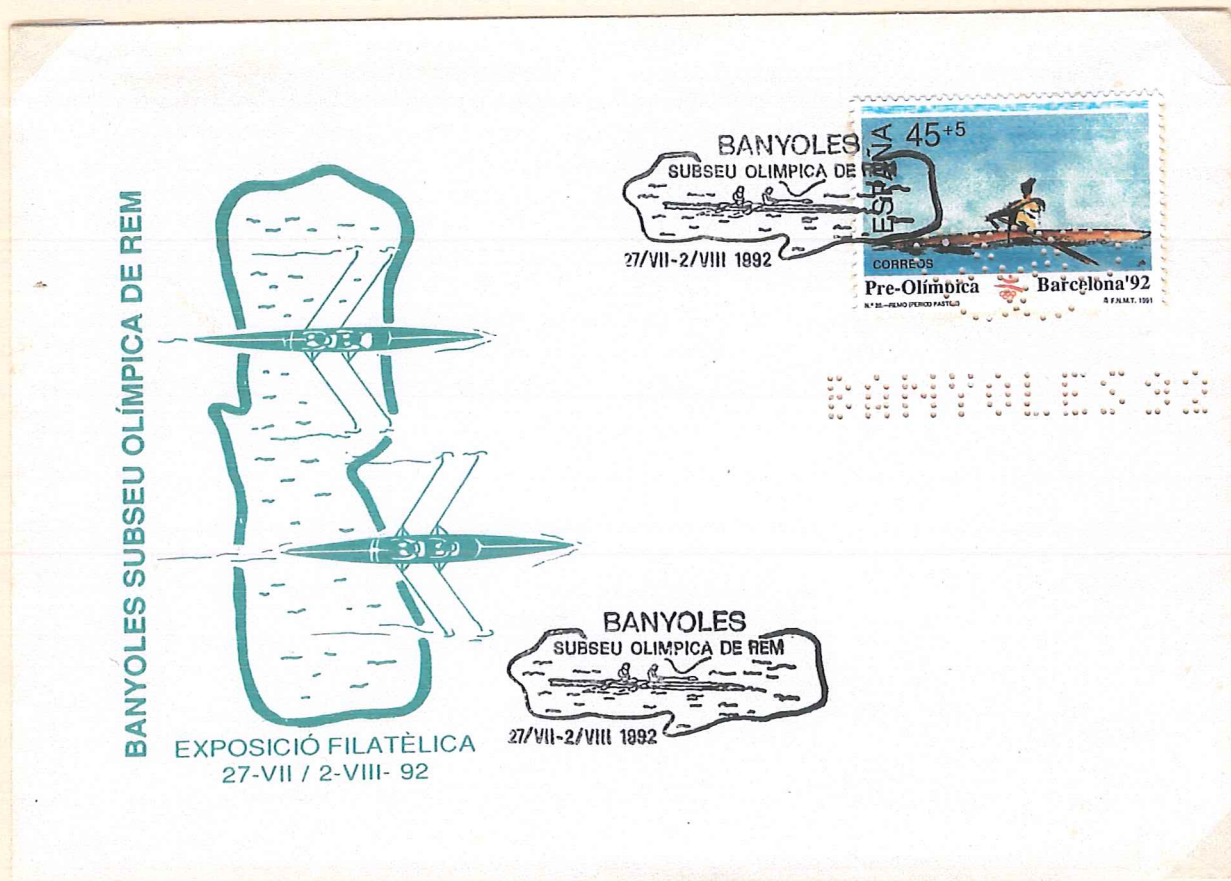


CHECOSLOVAQUIA  
TOKIO 1964



ANDORRA  
MUNICH 72

El *piragüismo* se caracteriza por utilizar, de forma fundamental, las cadenas cinéticas de los brazos y del tronco, siendo estas las que realizan todo el esfuerzo. Es por ello que son las estructuras anatómicas pertenecientes a estas cadenas las que con mayor facilidad resultan lesionadas.



SOBRE CONMEMORATIVO BAÑOLAS. BARCELONA 92



CHECOSLOVAQUIA



CHECOSLOVAQUIA

Las lesiones inespecíficas que se producen en el *piragüismo* son como consecuencia de la practica de otras actividades deportivas , utilizadas como complemento a la preparación física.



TARJETA MÁXIMA.PRE OLÍMPICA BARCELONA 92



HUNGRIA 1970



HUNGRIA 1973



HUNGRIA 1980

Los avances en la fabricación de los palos de *Hockey* han permitido que los jugadores alcancen mayores niveles de control de la pelota y también han aumentado su potencia de tiro.



HUNGRÍA  
SAPORO 72



POLONIA 1985

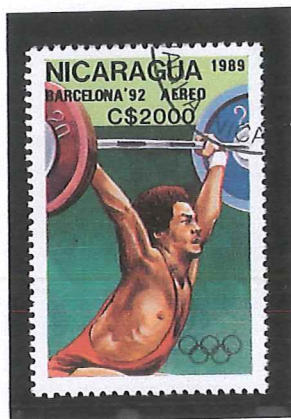


ESPAÑA 1990



RUSIA 1985

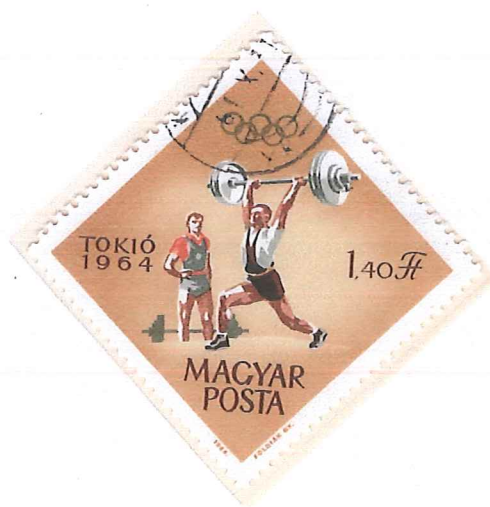
**HALTEROFILIA** : Es un deporte de fuerza y de levantamiento de gran cantidad de peso. Casi la mitad de las lesiones se deben a deficiencias técnicas. El entrenamiento será progresivo y se valorará cual es la mayor cantidad de peso que puede alcanzar una persona para programar sus series.



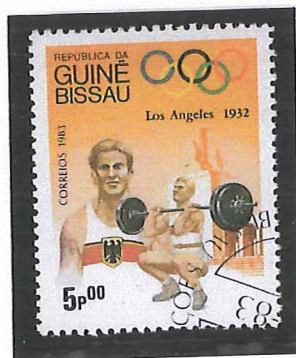
NICARAGUA 1989  
BARCELONA 92



MÓNACO  
TOKYO 1964



HUNGRIA  
TOKYO 1964



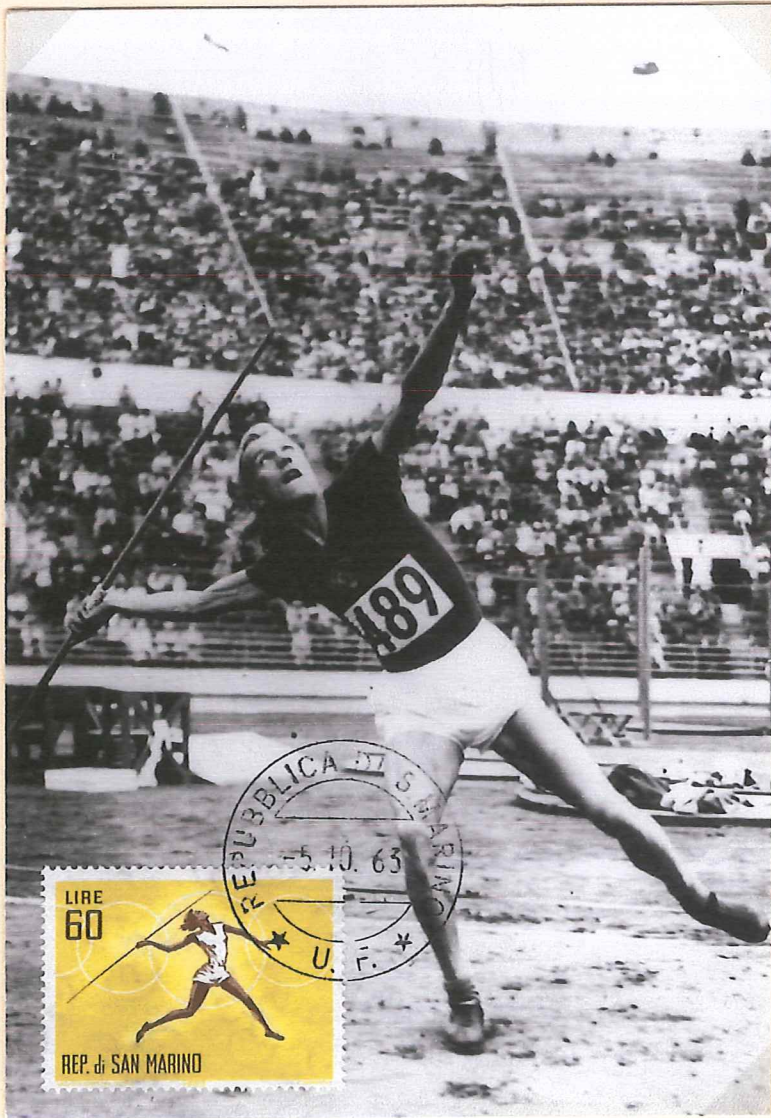
GUINEA 1983  
LOS ANGELES 1932



RUSIA 1986

## “ CODO DEL LANZADOR ”

Una contracción muscular repetida o súbita puede provocar una avulsión completa o parcial del epicóndilo interno , con dolor agudo intenso localizado en la cara interna del codo.



TARJETA MÁXIMA  
S. MARINO 1963



AL QIWAIN  
MUNICH 1972



CUBA 1982

## LANZAMIENTO DE JABALINA

Durante la fase de aceleración del lanzamiento, la fuerza se ejerce sobre la porción anterosuperior del *rodete glenoideo*.



TARJETA MÁXIMA ESPAÑA  
S. FERNANDO 2010



CHECOSLOVAQUIA  
MONTREAL 1976



COREA  
BARCELONA 92



RUSIA  
MOSCÚ 80

## LANZAMIENTO DE JABALINA

El lanzador presentará un doloroso chasquido del hombro al realizar la abducción y rotación externa del hombro durante la fase de desenlace y levantamiento del lanzamiento.



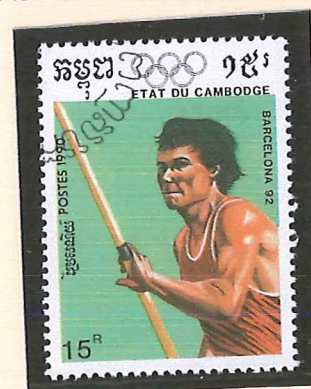
TARJETA MÁXIMA  
HUNGRIA



NICARAGUA 1990  
BARCELONA 92



KAMPUCHEA 1983  
LOS ANGELES 1984



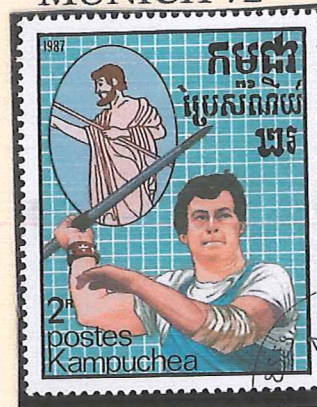
CAMBOYA  
BARCELONA 92

**LANZAMIENTO DE JABALINA  
RODETE GLENOIDEO**

Los desgarros suelen producirse como consecuencia de una inestabilidad del hombro acompañada de subluxación forzada sobre el rodete



HUNGRIA  
MUNICH 72



KAMPUCHEA 1987



LAO  
BARCELONA 92



TARJETA PRIMER DIA  
MONACO 1960

## LANZAMIENTO DE JABALINA

**EPICONDILITIS MEDIAL:** Es el resultado de una tensión repetida que produce una sobrecarga en los flexores de la muñeca , dando lugar a microdesgarros en la inserción tendinosa de la epitróclea.



TARJETA MÁXIMA  
IFNI 1959



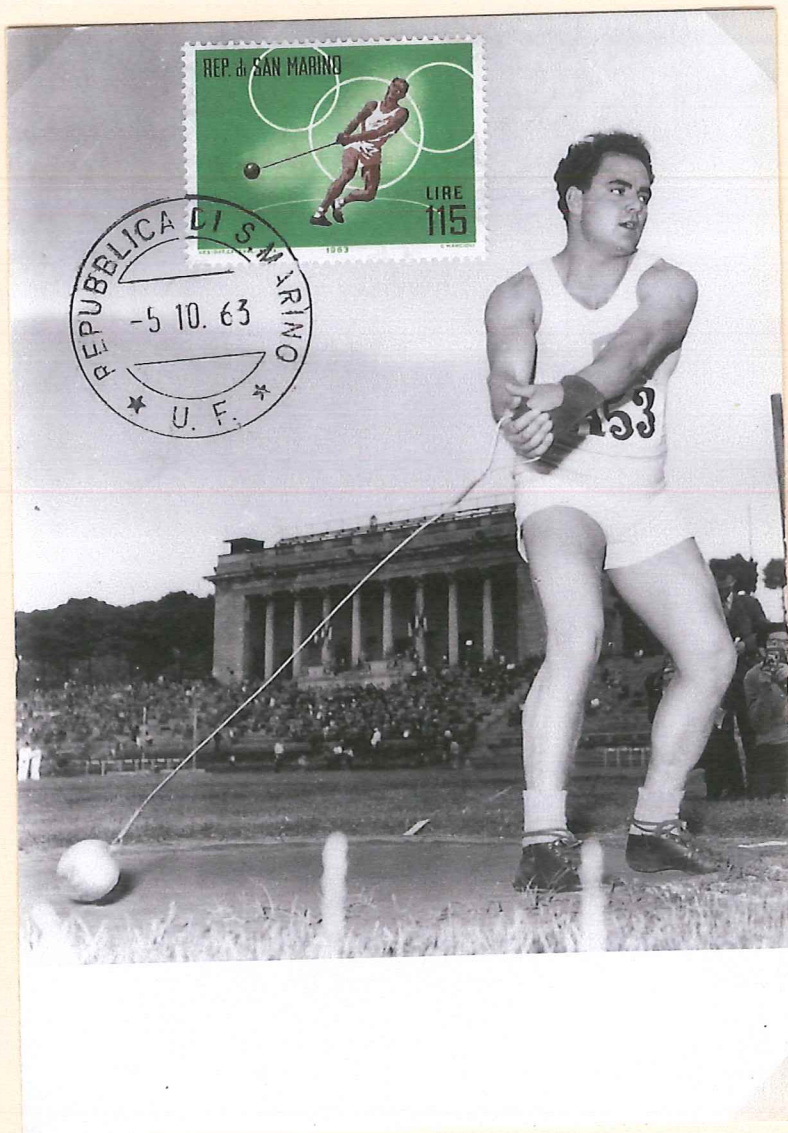
CUBA  
LOS ANGELES 1984



CUBA  
BARCELONA 1992

## GIMNASIA :LANZAMIENTOS

Con un calentamiento adecuado se consigue un mejor rendimiento y se reduce el riesgo de lesiones. El calentamiento debe empezar con ejercicios de acondicionamiento cardiovascular para aumentar la temperatura del cuerpo y estimular la circulación sanguínea.



TARJETA MÁXIMA  
RE PÚBLICA S. MARINO 1963



HUNGRIA 1970



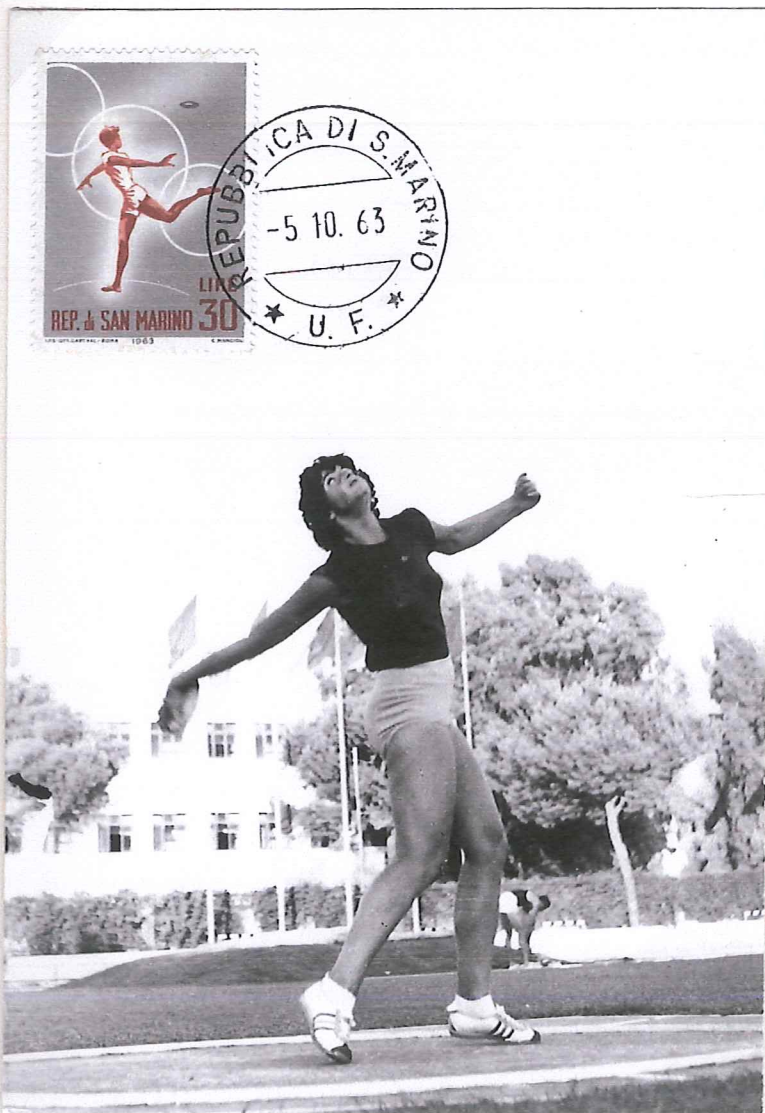
CAMBOYA  
BARCELONA 92



RUSIA 1965

## GINMASIA: LANZAMIENTOS

La subluxación de hombro oculta y anomalía del manguito de los rotadores secundaria como causa principal del dolor de hombro.



REPUBLICA S. MARINO 1963



HUNGRIA 1963  
TOKIO 1964

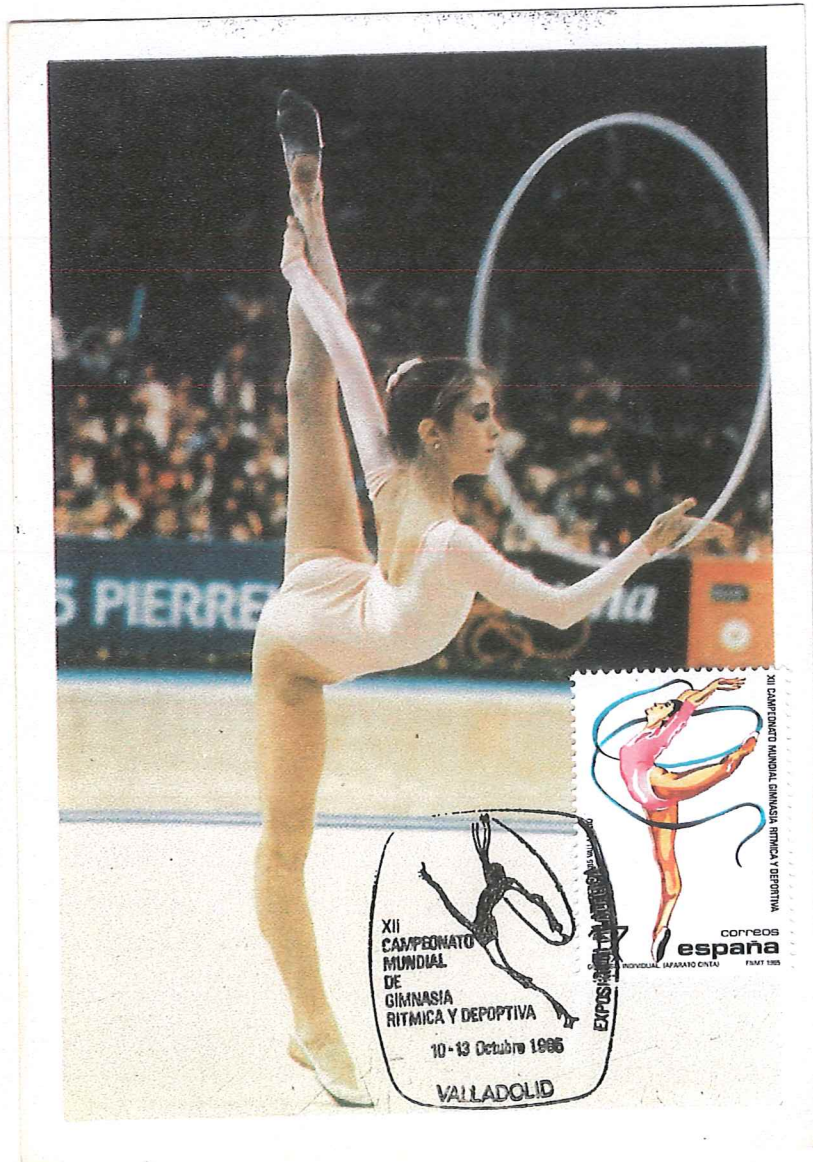


CHECOSLOVAQUIA  
PRAGA 78



KOREA  
BARCELONA 92

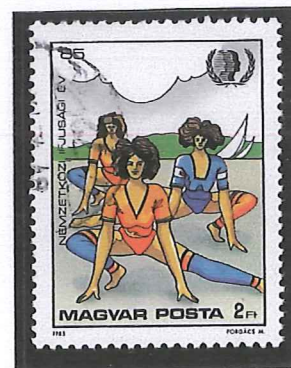
La *gimnasia femenina* ocupa el 2º puesto en incidencia de lesiones entre las diversas prácticas deportivas. Las secuelas de las lesiones son importantes y tras la retirada de la actividad, un 45% sufren molestias, en especial de espalda y tobillo.



CAMPEONATO MUNDIAL  
GIMNASIA .VALLADOLID  
ESPAÑA 1985



HUNGRIA 1970



HUNGRIA 1985



POLONIA 1986

## GIMNASIA APARATOS

Las caídas repetitivas desde gran altura, como las salidas de anillas que ejecuta el gimnasta, provoca cargas en flexión de columna lumbosacra, responsable del cuadro de fragmentación ssegmentaria vertebral.



TARJETA MÁXIMA RUSIA



HUNGRIA  
TOKIO 1964



CAMBOYA  
BARCELONA 92

## GIMNASIA

Los esguinces de tobillo son las lesiones mas frecuentes del gimnasta, por lo que la prevención con vendajes ha de ser la norma.



CAMPEONATO MUNDO  
GIMNASIA RITMICA  
VALLADOLID 1985



RUSIA 1956



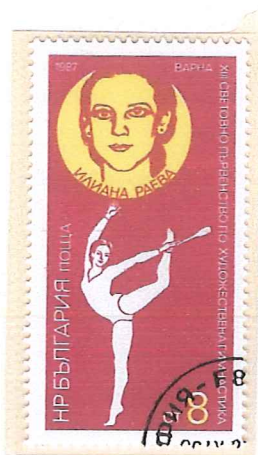
GUINEA  
MOSCÚ



RUSIA  
MOSCÚ 80

## GIMNASIA

Otras lesiones muy frecuentes son las rupturas del *tendón de Aquiles* y las fracturas y esguinces localizados en dedos, metatarso y tarso.



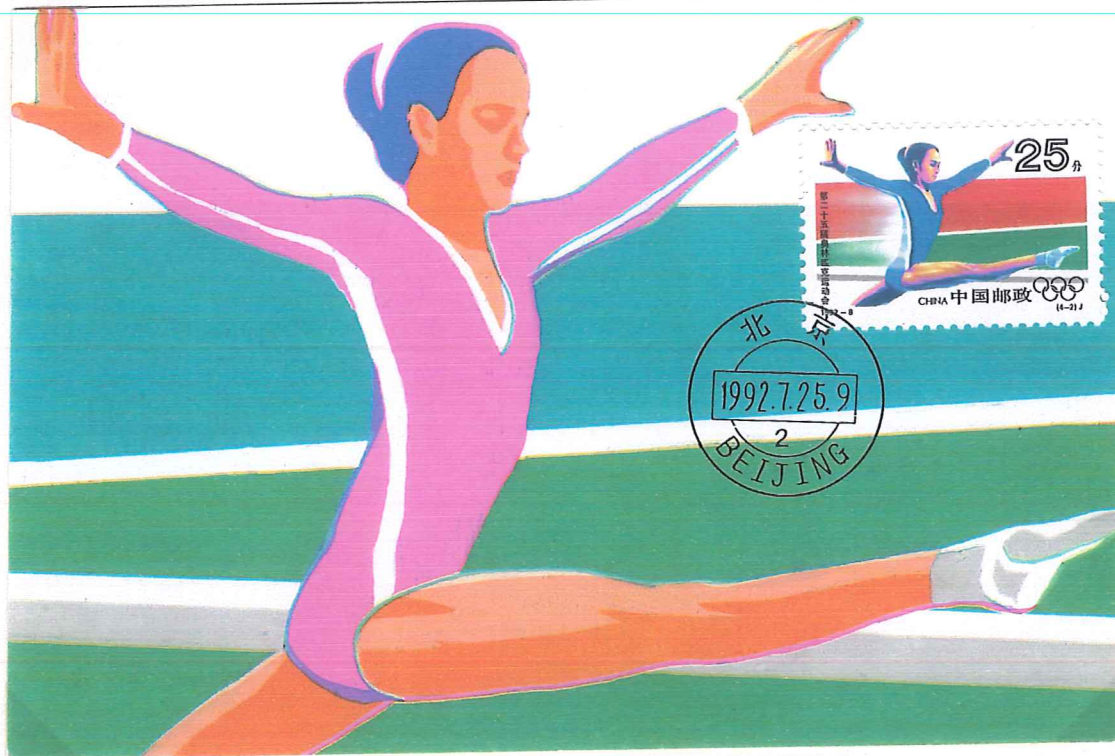
RUSIA 1987

GIMNASTAS CÉLEBRES



## GIMNASIA

El dolor femoropatelar suele ser una lesión crónica , que puede asentar sobre anomalías como los malalineamientos rotulianos.



TARJETA MÁXIMA PEKIN 1992



HUNGRIA  
TOKIO 1964



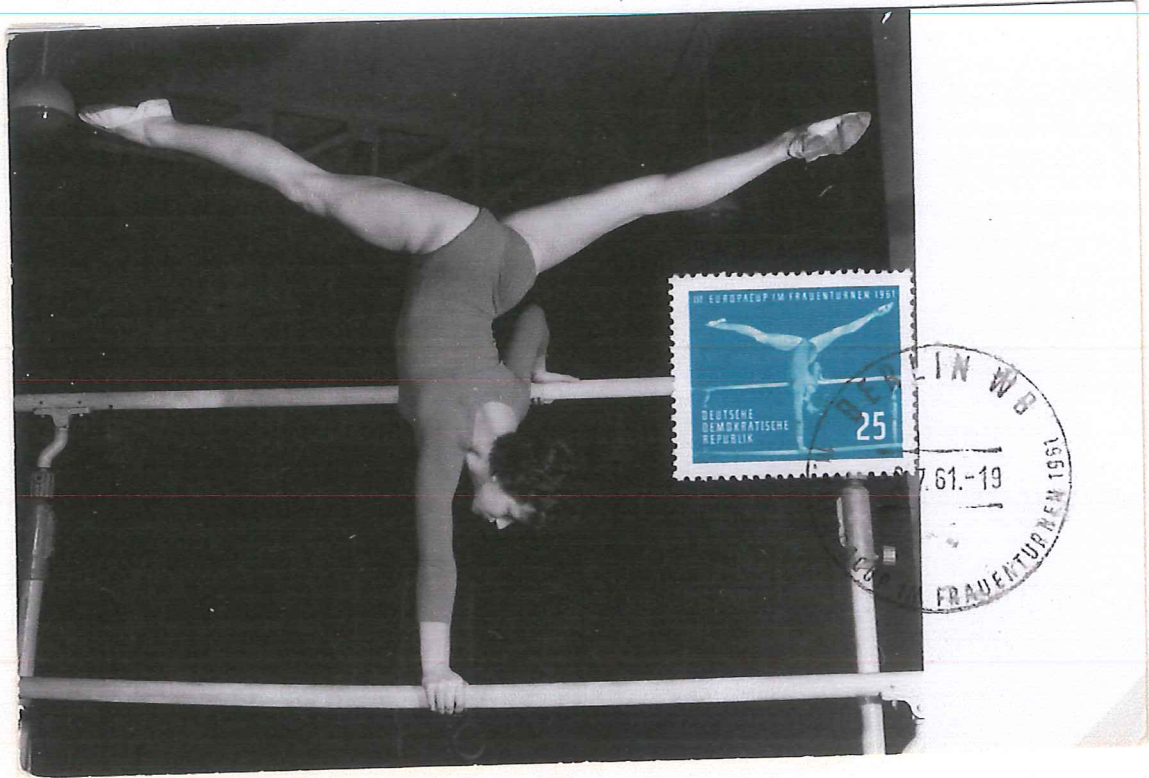
MONGOLIA  
MOSCÚ 1980



CHECOSLOVAQUIA

## GIMNASIA

Las distensiones musculares en miembros inferiores son frecuentes y mas en los isquiosurales. Suelen producirse en la primera hora de practica, quizás por falta de calentamiento.



ALEMANIA 1961



RUMANIA 1977



MONGOLIA  
NADIA COMANECI



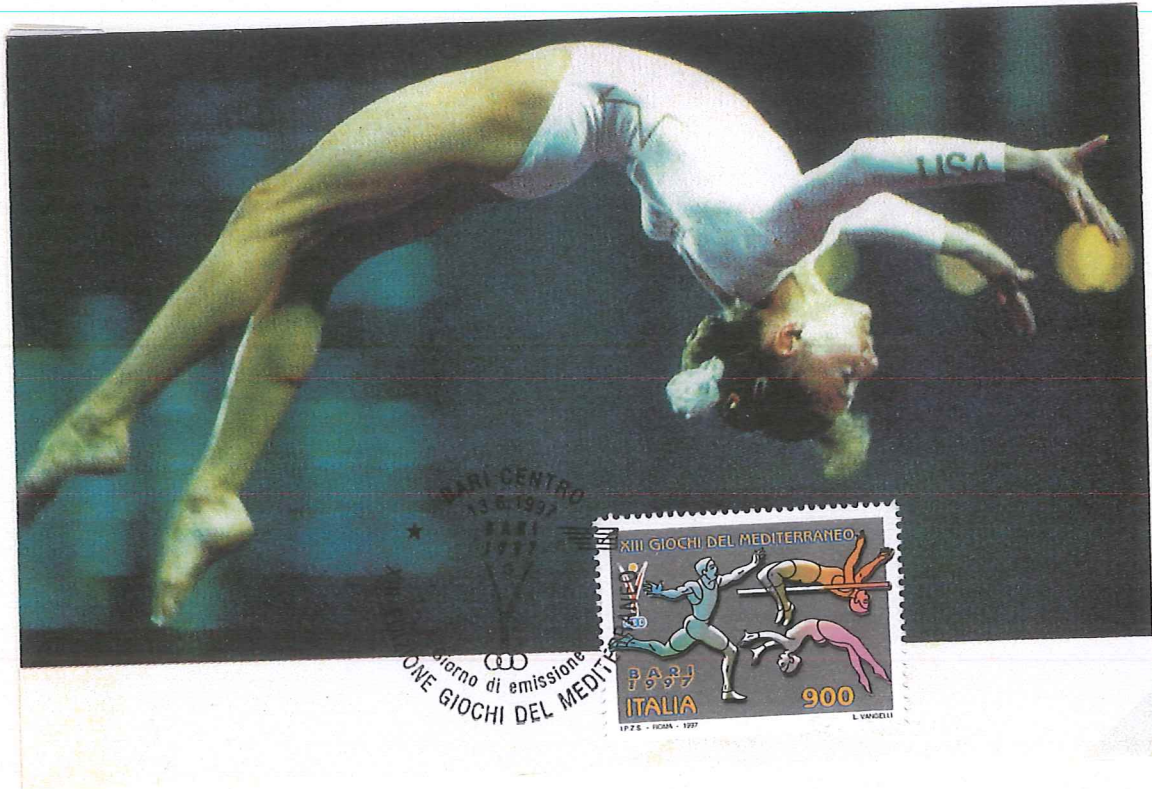
CHECOSLOVAQUIA 1996



CHECOSLOVAQUIA 1965

## GIMNASIA.

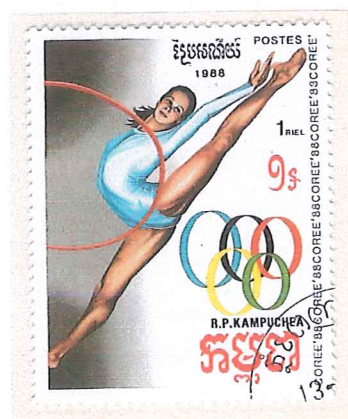
Los estiramientos y calentamientos previos al inicio de cualquier actividad física son muy importantes para prevenir la aparición de lesiones



XIII JUEGOS DEL MEDITERRANEO. BARI 1997.ITALIA



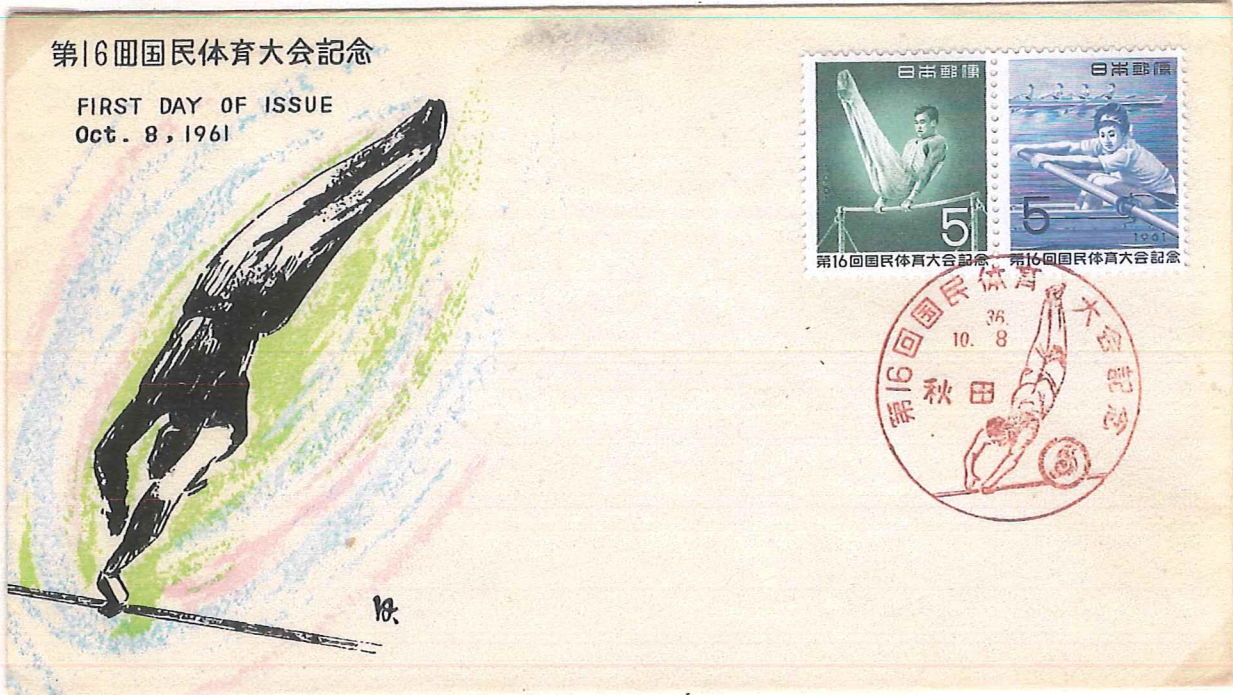
KAMPUCHEA 1987



KAMPUCHEA 1988

## GIMNASIA

Las caídas desde los aparatos provocan los cuadros de fragmentación segmentaria vertebral o *enfermedad de Schermann*, en la adolescencia todavía en período de desarrollo de la columna.



SOBRE PRIMER DIA JAPÓN 1961



REPÚBLICA TCHAD  
MUNICH 1972



GUINEA BISSAU  
BARCELONA 1992



NICARAGUA 1990

**FÚTBOL:** La *osteopatía de pubis* es un síndrome doloroso , desencadenado por el ejercicio , de etiología microtraumática , con asiento en el pubis , pero con afectación pubo-abdomino-crural.



BURKINA FASO 1985



BURQUINA FASO 85



BURKINA FASO 1985  
MÉJICO 86



TARJETA MÁXIMA ESPAÑA 2010  
COPA MUNDIAL SUDÁFRICA

El *fútbol* desarrolla mas los miembros inferiores. La contracción repetida y la descomposición entre las fuerzas de los músculos addominales y los músculos aductores del muslo provocan efectos determinantes como el cizallamiento en la zona púbica.

# COPA MUNDIAL DE FUTBOL ESPAÑA 82



Estadio "LA ROSALEDA"  
MALAGA

PRIMER DIA DE CIRCULACION  
S.F.C. 557 - 10



SOBRE PRIMER DIA . ESPAÑA . MUUNDIAL 82. MÁLAGA



GUINEA. ESTADIOS  
COPA DEL MUNDO ESPAÑA 82



GUINEA. ESTADIOS  
COPA DEL MUNDO ESPAÑA 82

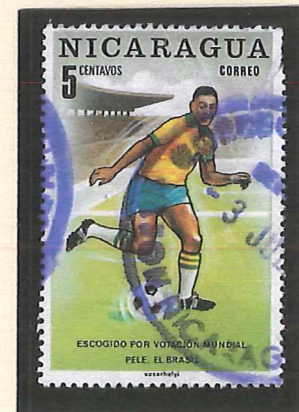
**FÚTBOL:** El cuádriceps y el biceps femoral sufren muchas lesiones musculares. También es común el *esguince de rodilla y tobillo*.



TARJETA MÁXIMA ESPAÑA



NICARAGUA 1986



NICARAGUA  
PELÉ



NICARAGUA  
MATHEWS