

Fisioterapia en el deporte

La **fisioterapia del deporte** es la especialidad de la fisioterapia que trata mediante los agentes físicos las patologías que se desarrollan en la práctica deportiva.

El creciente auge, popularización y desarrollo del deporte tanto aficionado como profesional en las sociedades actuales, deriva en la necesidad y la demanda de un profesional sanitario especialista capacitado para dar respuestas de demostrada eficacia a los problemas y lesiones que esta práctica implica.

Hay una amplia gama de tratamientos fisioterapéuticos que alivian el dolor y curan los tejidos dañados o inflamados incluyendo el tratamiento a las lesiones deportivas.

En la mayoría de los casos no basta solo con descanso, el fisioterapeuta con la ayuda de una serie de ejercicios y procedimientos especiales como la termoterapia o los tratamientos con rayo láser o ultrasonidos puede acelerar el proceso de recuperación.

En la mayoría de los casos la fisioterapia incluye determinados tipos de masajes que contribuyen a que los músculos se relajen y a la vez mejoran la circulación de la sangre en el tejido afectado.

La manipulación es un método muy efectivo para el tratamiento de las lesiones pero solo debe hacerse por un profesional.

La Terapia Manual (Especialidad dentro de la fisioterapia) es definida como el arte y la ciencia del tratamiento de las condiciones neuro-músculo-esqueléticas disfuncionales del ser humano, mediante manipulaciones musculares y articulares analíticas basadas en el estudio biomecánico de las mismas.

En la práctica deportiva actual, las técnicas de terapia manual (movilizaciones articulares, ejercicios terapéuticos, tracciones, estiramientos, manipulaciones, masaje, movilizaciones de tejidos blandos, movilización neural, tratamiento conservador e invasivo de los puntos gatillos miofasciales) son las que más se utilizan por los fisioterapeutas.

La Terapia Manual está avalada por la evidencia científica.

Entre las **lesiones más comunes de la práctica deportiva**, se encuentran la contractura muscular, sobrecargas, contusiones, elongaciones, distensiones, roturas de fibras, tendinopatía, otras patologías del tendón, esguince y distensión de ligamentos, recuperación post-operatoria, recuperación funcional y puesta a punto para la actividad deportiva tras intervenciones quirúrgicas por lesiones traumáticas como fracturas, rotura total del vientre muscular o plastias de tendón o ligamento.

Así mismo, es **prioridad del fisioterapeuta** deportivo incidir sobre la prevención de las lesiones de los deportistas que tiene a su cargo, mediante tablas y protocolos de ejercicios terapéuticos personalizados que el deportista realizará entre las competiciones, así como un tratamiento pre-competición y post-competición.

www.medicalphysis.com

info@medicalphysis.com

MedicalPhysis