



PRÓLOGO

El haber tenido la oportunidad de ser docente del coordinador y autor de este libro me permitió participar de espacios de discusión sobre el tema y entender la indudable importancia que para la Actividad Física y el Deporte tiene la Rehabilitación Deportiva, toda vez que es un proceso integral e integrado y con calidad del cual depende la oportuna rehabilitación del deportista y su pronta re inserción a la práctica deportiva y a la competencia misma. Tengo el agrado de presentar esta obra que se convierte en un aporte relevante para quienes se desempeñan en el área de actividad física y deporte ya que a través de sus diferentes apartados se ofrecen elementos y conceptos teóricos prácticos para un adecuado proceso de rehabilitación.

La primera unidad retoma el objeto de estudio de la Fisioterapia y en este sentido apoyado en las bases legales que sustentan la profesión, tanto en el contexto Nacional como Internacional da cuenta de todos aquellos elementos que sin lugar a dudas se convierten en la piedra angular para que el Fisioterapeuta sea considerado uno de los profesionales del equipo interdisciplinario que lidera el proceso de rehabilitación deportiva, y es así como su intervención permite reducir los tiempos de recuperación y aportar para que el deportista se reintegre lo antes posible a su práctica.

La rehabilitación deportiva parte de conocer la realidad de la práctica misma, sus consecuencias y como se describe en el segundo apartado tener claridad sobre la lesión Deportiva, su descripción epidemiológica, sus características y sus posibles consecuencias en la vida personal y profesional del deportista, ya que este es el problema central que motiva el inicio de los procesos de rehabilitación y en el cual se requiere la participación de un equipo de profesionales comprometidos y que comprendan la relevancia del tema.

Los parámetros de la rehabilitación deportiva expresados en el texto en primera instancia resaltan la labor del fisioterapeuta en el proceso, pero

Prólogo

.....

sobre todo retoman la importancia de la interdisciplinariedad como aspecto clave que permite garantizar que el deportista se recupere e incorpore de la mejor manera a su práctica procurando en él las mejores condiciones para la misma. En éste mismo sentido dentro de los objetivos y las fases de la rehabilitación deportiva el texto aborda la importancia de la promoción, prevención y rehabilitación del deportista, a partir de los objetivos específicos de la medicina deportiva, logra poner en activo la relevancia de entender el fin último del proceso de cara a procurar que el deportista tenga las mínimas secuelas cuando se instaura una lesión, pero sobre todo invita a los profesionales a realizar acciones encaminadas a la promoción y la prevención de lesiones deportivas.

La quinta unidad presenta una guía para el manejo y clasificación de trastornos musculares en la cual partiendo de la clasificación de las lesiones musculares se brindan elementos terapéuticos involucrando las diferentes dimensiones y fases del proceso, resulta de suma importancia como los autores guían al lector en cada uno de éstos aspectos y a partir de una completa anamnesis se logra presentar todo el manejo de la lesión con el objetivo de minimizar sus complicaciones, e inclusive también se brindan elementos para el reconocimiento y manejo de estas. Los autores del texto explicitan y desarrollan las herramientas de la evaluación en la rehabilitación deportiva, dejando claro que en este aspecto se hace relevante la focalización de acciones a partir de las necesidades individuales de los deportistas, la evaluación implica el reconocimiento de todos aquellos sistemas que intervienen en el proceso, y los parámetros para la realización de las diferentes pruebas que permitan evaluarlos, reconociendo en cada uno de ellos las habilidades para identificar si existen problemas y en las pruebas, las técnicas más adecuadas para realizarlas.

El abordaje del tema de ayudas diagnósticas para rehabilitación deportiva orienta sobre la manera como éstas pueden apoyar al profesional en la toma de decisiones y este se articula con el apartado de técnicas de rehabilitación deportiva donde se describen las diferentes formas de realizarlas y la función de cada una de éstas de acuerdo a las características de los sujetos, cuando utilizarlas y su objetivo primordial en función del retorno a la competencia, tema que es desarrollado por los autores dando lineamientos importantes no solo en lo relacionado con la recuperación

biológica y funcional de los deportistas, sino encaminados a evitar la aparición de nuevas lesiones y problemas en otros segmentos corporales.

El retorno a la competencia abordado en la unidad nueve invita al Fisioterapeuta a apropiarse no sólo temática, sino técnica e integralmente de todos aquellos aspectos que rodean la práctica de los diferentes Deportes, en la perspectiva de entender el gesto deportivo de manera inicial y poder realizar un trabajo articulado desde el componente Biomecánico y Neuromuscular que posibiliten que el atleta regrese seguro a la competencia, en tanto se requiere trabajar la técnica deportiva y su readaptación funcional de manera progresiva, presentando se un plan de trabajo específico para éste proceso.

En el texto de manera profunda, actualizada y organizada se presentan todos aquellos aspectos que se relacionan con la nutrición y el uso de los suplementos en los deportistas de tal manera que como bien se plantea, aporte a su recuperación en el momento de una lesión, pero que además utilizando las dosis adecuadas no lo lleven a un aumento de masa muscular por encima de los parámetros esperados acorde al deporte que practica, que podría agravar la lesión, más aún cuando ante una lesión muscular se afecta un gran porcentaje de la fuerza que es la encargada de la ejecución del movimiento. Este apartado finaliza con algunos consejos para la preparación de batidos ricos en proteínas, ya que éstas son necesarias para la recuperación integral de deportista.

El último apartado no menos importante, analiza y argumenta todo lo relacionado con la psicología deportiva y rehabilitación en el cual se enfatiza no solo en la importancia que el profesional esté presente en la fase de intervención, sino de recuperación, además ilustra al lector sobre aspectos psicológicos que influyen en el rendimiento deportivo. Se resalta como esta unidad retoma aspectos que denotan la necesidad de la intervención psicológica antes, durante y posterior a la lesión deportiva, pero además la manera como un adecuado acompañamiento psicológico podría ser un factor protector para que los deportistas no sufran lesiones.

Para finalizar es importante destacar que un valor agregado y por el cual éste texto tiene especial significado es el grupo interdisciplinario que participó en su elaboración, cada uno de ellos desde su área de experticia y/o

Prólogo

.....

formación académica realizaron una revisión bibliográfica para articular ideas y conceptos y de manera clara presentan a los lectores cada uno de los diferentes apartados, los cuales podrán comprenderlos y aplicarlos en su práctica profesional y de esta manera ampliarán su visión y la de las nuevas generaciones..

Consuelo Vélez Álvarez

Enfermera, epidemióloga y doctora en Salud Pública.

Docente titular en el Departamento de Salud Pública de la Universidad de Caldas.

Integrante del Grupo de Investigación Promoción de Salud y Prevención de la Enfermedad.

Docente titular de la Universidad Autónoma de Manizales (UAM).

Integrante del Grupo de Investigación Cuerpo Movimiento. Investigador Senior. (Manizales, Colombia).