

UNIVERSIDAD DEL SALVADOR

Facultad de Medicina

Licenciatura en Ciencias de la Salud

Carrera de Licenciatura en Actividades Físicas y

Deportes

**Título : “Lesiones producidas por una mala
partida en la natación”**

Autor : Licenciando Tahoces Leonardo

USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR

Tutor : Lic. Del Guasta Leonardo

Año 2004.

ÍNDICE

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTO	3
INTRODUCCION	4
CAPITULO I	
CARACTERISTICAS DE LA NATACION	7
HISTORIA DE LA NATACION	7
BENEFICIOS DE LA NATACION	11
TECNICAS DE LOS ESTILOS	14
CAPITULO II	
TECNICA DE LAS PARTIDAS	20
REGLAMENTO DE LA PARTIDA	26
COMPARACION ENTRE PARTIDAS	27
CAPITULO III	
ANALISIS BIOMECANICO DE LA PARTIDA Y LAS LESIONES EN LA COLUMNA VERTEBRAL	31
CAPITULO IV	
POSIBLES LESIONES POR CAIDA	39
LESIONES FRECUENTES POR CAIDA	39
TRAUMATISMOS	40
TIPOS DE TRAUMATISMOS	40
LESIONES GRAVES	43
TRAUMATISMO CRANEO ENCEFALICO	45
TRAUMATISMO DE COLUMNA VERTEBRAL	82
DESARROLLO	96
DISCUSION	100
CONCLUSIONES	101
BIBLIOGRAFIA	102

DEDICATORIA

A mi madre, a mi padre, a mis dos hermanas y a Laura: a ellos mi eterno agradecimiento por la posibilidad de poder estudiar y cumplir mi sueño.



USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR

AGRADECIMIENTOS

A la Directora de la carrera, Profesora Licenciada Blanca B. Tobías de Soloeta.

A la profesora Dra. Blanca Rizzo.



USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR

INTRODUCCIÓN

La natación es el arte de sostenerse y avanzar, usando los brazos y las piernas, sobre o bajo el agua. Puede realizarse como actividad lúdica o como deporte de competición. Debido a que los seres humanos no nadan instintivamente, la natación es una habilidad que debe ser aprendida. A diferencia de otros animales terrestres que se dan impulso en el agua, en lo que constituye en esencia una forma de caminar, el ser humano ha tenido que desarrollar una serie de brazadas y movimientos corporales que le impulsan en el agua con potencia y velocidad. En estos movimientos y estilos se basa la evolución de la natación competitiva como deporte.

La natación puede practicarse en cualquier tipo de recinto de agua lo bastante grande como para permitir el libre movimiento y que no esté demasiado fría, caliente o turbulenta. Las corrientes y mareas pueden resultar peligrosas, pero también representan un desafío para demostrar la fuerza y el valor de los nadadores, como se puede comprobar con los muchos intentos con éxito de cruzar el canal de la Mancha.

La natación fue un deporte muy estimado en las antiguas civilizaciones de Grecia y Roma, sobre todo como método de entrenamiento para los guerreros. En Japón ya se celebraban competiciones en el siglo I a.C. No obstante, durante la edad media en Europa su práctica quedó casi olvidada, ya que la inmersión en agua se asociaba con las constantes enfermedades epidémicas de la época. Hacia el siglo XIX desapareció este prejuicio y, ya en el XX, la natación se ha llegado a considerar un sistema valioso de terapia física y la forma de ejercicio físico general más beneficiosa que existe. Ningún otro ejercicio utiliza tantos músculos del cuerpo y de modo tan intenso. Además, la mayor afluencia de nadadores, así como las mejores técnicas de construcción y calefacción, han aumentado enormemente el número de piscinas públicas al aire libre y cubiertas en todo el mundo. La piscina privada, que fue en un tiempo signo de excepcional privilegio, es cada vez más común.

En este trabajo se busca recalcar que no se tiene en cuenta las lesiones producidas en la partida.

Este apartado es común a todas las salidas desde fuera del agua. Esto quiere decir que es válido para las salidas en las pruebas de crol, braza y mariposa.

El objetivo de toda salida, ya sea desde fuera del agua como desde dentro, es impulsarse lo más rápidamente posible antes de comenzar a nadar.

El traumatismo de craneoencefálico es una de estas lesiones graves, la cual no se le da la importancia que merece. El TEC es una lesión cerebral causada por una fuerza externa, la cual puede producir una disminución o alteración de la conciencia y, eventualmente, un déficit de las habilidades cognoscitivas y/o de las funciones físicas.

El trauma craneoencefálico (TEC) se clasifica de acuerdo a la Escala de Coma de Glasgow (GCS). Esta valora el estado de conciencia del paciente, teniendo en cuenta tres aspectos clínicos: apertura de los ojos, respuesta motora, respuesta verbal.

Las secuelas que acarrea son: Cognoscitivas y Conductuales, Neuroconductuales y secuelas psiquiátricas.

1.1 Planteo del Problema

¿Es relevante, en la práctica de natación, el porcentaje de lesiones traumáticas producidas por una mala partida ?

1.2 Justificación

Resulta de interés estudiar las causas que producen este tipo de lesiones debido a que por las secuelas incapacitantes que acarrea, es necesarias prevenirlas.

1.3 Fundamentación

Como la práctica del natación es cada día más importante y el número de deportistas que desarrollan esta disciplina aumentan en gran escala, es necesario conocer las causas que producen este tipo de lesiones. Con el objetivo de prevenirlas y desarrollar una práctica de este deporte más segura.

1.4 Objetivos

Demostrar que en la práctica de la natación es relevante el porcentaje de traumatismos producidos por una mala partida.

1.5 Hipótesis

En la práctica de la natación, es relevante debido a las secuelas que acarrea, el porcentaje de traumatismos producidos por una mala partida, a las que no se concede la importancia debida.

1.6 Población y Muestra

Se tomó la población completa, constituida por nadadores del club San Miguel, debido que su número, cuarenta y dos, no justificaban una selección muestral en la encuesta.

1.7 Material y Métodos

Es un estudio de tipo observacional, analizando las respuestas obtenidas a través de un método interactivo llevado a cabo por medio de encuestas.

1.8 Lugar y tiempo

San Miguel, Buenos Aires 2004.



USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR

CAPITULO I

HISTORIA DE LA NATACION

La Natación en la sociedad primitiva.

Fue, como todo ejercicio corporal en aquella época una necesidad vital y por ello ampliamente extendida.

La lucha por la alimentación obligo a los hombres a enfrentarse a la naturaleza y así surgió la caza.

Impresiones de sellos y dibujos en rocas de la prehistoria de los Asirios y egipcios (alrededor de tres o cuatro siglos a.n.e.) dan fe de cómo llego a ser la natación.

Los ejercicios eran practicados por todos los sectores de la población

Con el nacimiento otros sectores en la población (clases) fueron creciendo en gran medida los ejercicios corporales, como privilegio de las clases dominantes.

Los ejercicios de la Natación tomaron un preponderante carácter militar. Representaciones gráficas de éste tiempo indican casi exclusivamente a la natación en conexión con ejercicios guerreros: Recorridos en carros de lucha, nado con bolsas de natación y otros.

La Natación en la sociedad esclavista

La natación formó parte de los más frecuentes y activos ejercicios corporales de la aristocracia dominante y de los libres, especialmente en Grecia y Roma donde fue apreciado el carácter del baño.

Grecia

El estanque de natación (Colymbethra) fue importante componente en los lugares de formación pública (gimnasios)

Fue privilegio de los más poderosos. Sirvió como medio de educación del cuerpo. Aprendieron a nadar las mujeres. Se incluyo como preparación física militar

En estos tiempos la natación no figuraba en el programa Olímpico, pues se puede pensar en el hecho de que no había aguas apropiadas en las cercanías de las áreas de competencia olímpica.

Homero, entre los hechos que cuenta en la Iliada y la Odisea, incluye los grandes rendimientos de natación de los griegos. Narra, entre otros la famosa leyenda de amor de Hero y Leandro, según la cual éste nadaba cada noche a través del Helesponto, aproximadamente 20 Km para ver a su amada, procurando lucir no solo su rendimiento, sino también la belleza de su estilo de natación. En una noche tormentosa, se ahogó este valiente nadador, cuando la lámpara que fue puesta por Hero como señal, hubo de apagarse.

Los buzos eran esclavos que rescataban grandes riquezas.

Imperio Romano

Floreció esplendorosamente el carácter del baño.

Existían los baños térmicos (albercas de natación con calefacción que alcanzaban hasta 70 mts donde se bañaban hasta 300 personas

También fue utilizada como educación física militar.

Como toda en Roma estos baños se degradaron por ser fuentes de inmoralidades.

Tribus Germánicas

Las ricas Zonas marítimas del norte de Europa y de la parte norte de Europa central estuvieron habitadas por tribus germánicas.

Por estar a la orilla del mar la natación fue una necesidad y como defensa en las guerras

Por los mitos y leyendas se puede presumir que fue utilizada también como competencia.

En la epopeya Beowulf año 700 de nuestra era (n.e), una competencia de natación entre Beowulf y Brecca, que comenzó en Gotland y terminó empatada después de cinco días y cinco noches.

Según otra leyenda, Sevanus de Batavia atravesó nadando el Danubio, equipado con todo el armamento, ante los ojos del emperador Romano Adriano.

También se habló del rendimiento en Natación de una mujer: Helga de Islandia, quien para salvar a sus hijos debió haberlos transportado nadando más de 10 Kmts.

La natación en la sociedad Feudal

La Natación fue considerada por los caballeros como un importante ejercicio en el sistema de las Siete agilidades.

Los campesinos la utilizaron en el marco de los ejercicios populares, mientras que en las ciudades las "casas de baños" alegraban especialmente a sus habitantes.

Con el aumento de la explotación se reduce el tiempo libre. Bajo la influencia del escolasticismo, los ejercicios fueron prohibidos en su totalidad so pena de muerte; lucharon específicamente contra el baño y la natación ya que proporcionaba la desnudez del cuerpo.

La inmoralidad y la depravación fueron comunes en las casas de baño (utilizadas sólo por adinerados), dando lugar a que se cerraran. Así llega a sucumbir la natación: Quien desobedecía las prohibiciones era castigado.

Friedrich Ludwig Jahn escribió, refiriéndose a la época que los jóvenes fueron castigados a latigazos en la escuela cuando no pudieron reprimir sus deseos de baño.

A pesar de lo anterior el arte de la natación permaneció en la tradición del pueblo, y personalidades renombradas pidieron que siguiera su enseñanza.

La natación y el renacimiento.

A finales del siglo XV y XVI con el renacer del ideal griego, se da mayor atención al ejercicio corporal. Los primeros pasos de la natación fueron en extremo tímido; sin embargo es en 1538 cuando aparece el primer LIBRO en el mundo sobre la enseñanza de la natación, COLYMBETES, editado por el humanista Nicolaus Wynmann, su propósito no fue a pesar de la situación de la natación, reactivarla como actividad como forma de entretenimiento corporal, sino ver en ella un medio para enfrentar el peligro de ahogarse. El libro incluyó fundamentos sobre la técnica y método de la natación en especial del estilo pecho.

A finales del siglo XVI, la natación como forma de enseñanza corporal y de fortaleza fue un movimiento liderado en Inglaterra. Locke, Rousseau, y los filántropos Basedow, Salzmann y Guts Muths fueron los abanderados.

También en este tiempo se le dio a la natación bastantes impulsos, desde los Halloren, quienes trabajaban en las salinas de Halle como salineros y peones, y en el tiempo libre de su oficio eran pescadores y marineros.

Hubo entonces especial interés por la natación, según la tradición los Halloren llevaban a los varones ya desde los cuatro años de edad al Sale.

Incluso los Halloren fueron mencionados como "padres" de la natación moderna, por su práctica continua más que por escritos o tratados teóricos, incluso los Halloren fueron enviados a Silesia por sus conocimientos y práctica en la enseñanza de la natación para la enseñanza de la misma a marineros y pescadores.

En esta época se sientan las bases de apertura de los primeros balnearios en Europa Central y Oeste, por ejemplo en París en 1760, y en Francfort en 1754. En 1793, se inauguró el primer balneario marítimo alemán: el balneario pantanoso Heligendamm

La natación en la era moderna

En la era moderna la natación de competición se instituyó en Gran Bretaña a finales del siglo XVIII. La primera organización de este tipo fue la National Swimming Society, fundada en Londres en 1837. En 1869 se creó la Metropolitan Swimming Clubs Association, que después se convirtió en la Amateur Swimming Association (ASA).

El primer campeón nacional fue Tom Morris, quien ganó una carrera de una milla en el Támesis en 1869. Hacia finales de siglo la natación de competición se estaba estableciendo también en Australia y Nueva Zelanda y varios países europeos habían creado ya federaciones. En los Estados Unidos los clubs de aficionados empezaron a celebrar competiciones en la década de 1870.

Los primeros Juegos Olímpicos de la era moderna, celebrados en Atenas, Grecia, en 1896, incluyeron también la natación. En 1908 se organizó la Fédération Internationale de Natation Amateur para poder celebrar carreras de aficionados. La competición femenina se incluyó por primera vez en los Juegos Olímpicos de 1912. Aparte de las Olimpiadas, las competiciones internacionales en Europa han estado patrocinadas por clubs de aficionados a la natación desde finales del siglo XIX. Sin embargo, hasta la década de 1920 estas competiciones no quedaron definidas sobre una