

La electrolisis percutánea y el ejercicio reducen el tiempo de vuelta a la competición tras la lesión de los isquiotibiales: a propósito de dos casos en jugadores de fútbol profesional

Jiménez Rubio S.¹ Valera Garrido F.^{1,2} Minaya Muñoz F.² Navandar A.³

¹ Getafe C.F. España

² MVClinic, Madrid, España

³ Universidad Europea de Madrid, Madrid, España

Rev Fisioter Invasiva 2019;2:121–122.

Resumen

Introducción y Objetivos La electrolisis percutánea ha demostrado ser efectiva en el tratamiento de las tendinopatías crónicas, sin embargo, la evidencia científica que existe a nivel de lesión muscular aguda es escasa. La lesión por mecanismo indirecto en isquiotibiales es la lesión muscular más común en el fútbol (su incidencia aumenta cada año) con una alta tasa de recurrencia. El objetivo fue evaluar si la aplicación de la electrolisis percutánea y un programa de ejercicio funcional disminuye los tiempos de vuelta a la competición después de una lesión en los isquiotibiales en deportistas, y comparar los datos de rendimiento de los sujetos antes y después de la lesión durante la competición.

Métodos Serie de casos. 2 jugadores profesionales de fútbol, pertenecientes a un equipo de primera división de España con lesión grado 2 en el músculo semitendinoso a nivel proximal. Se valoró la estructura muscular afectada mediante ecografía (Logiq GE E9, sonda ML6-12) y la funcionalidad a través de datos de *Global Positioning System* (GPS) comparando además los datos obtenidos durante el proceso de readaptación con los previos a la lesión. Se aplicó la electrolisis percutánea de forma ecoguiada a las 48 horas tras la lesión siguiendo el protocolo definido por Valera & Minaya (2:3:5). La recuperación *indoor* de los jugadores comenzó 24 horas después de la electrolisis percutánea. Inicialmente el programa de ejercicios incluía actividades de movilidad y carga controlada. Posteriormente el jugador completaba su programa de readaptación en el campo de entrenamiento con ejercicios progresivos en términos de complejidad e intensidad (patrones biomecánicos y control neuromuscular de zona central y de las extremidades inferiores, *sprint*).

Resultados El jugador A regresó a la competición en 16 días, el jugador B en 14 días. No se identificaron efectos adversos durante o después de la técnica de electrolisis percutánea. Los jugadores sólo se perdieron un partido de competición y el proceso de readaptación les permitió volver a jugar registrando parámetros que eran similares a los valores previos a la lesión, y mantener el rendimiento en los cuatro partidos siguientes al protocolo de intervención. El control de los jugadores continuó durante 8 meses después de la incidencia de la lesión, y los jugadores no sufrieron una recidiva en ese tiempo, lo que indica la recuperación completa del músculo lesionado tanto a nivel estructural como funcional.

Palabras clave

- ▶ Electrolisis percutánea
- ▶ Ejercicio
- ▶ vuelta a la competición
- ▶ fútbol

Conclusiones El tratamiento combinado de electrolisis percutánea y un programa de ejercicio funcional reduce los tiempos de vuelta a la competición tras una lesión muscular grado 2 en los isquiotibiales con un nivel de rendimiento similar al previo a la lesión, sin recidiva en un periodo de seguimiento de 8 meses. Nuestros criterios para determinar cuándo un jugador puede volver a entrenar con equipo y a competir tras una lesión muscular aguda son: el tiempo transcurrido desde la lesión, los cambios en la estructura y la superación de tareas.