

# EPIDEMIOLOGÍA DE LAS LESIONES EN EL FÚTBOL PROFESIONAL ESPAÑOL EN LA TEMPORADA 2008-2009

## EPIDEMIOLOGY OF INJURIES IN PROFESSIONAL FOOTBALL IN SPAIN DURING THE 2008-2009 SEASON

### RESUMEN

**Introducción:** El fútbol es un deporte con una elevada incidencia de lesiones, tanto durante su práctica en entrenamiento como en competición. Por ello, en este estudio nos proponemos analizar esta incidencia en función de diversas variables, como la sesión de entrenamiento o competición, localización de la lesión, tipología, severidad o mecanismo de producción de las mismas, así como la demarcación del jugador y el momento en el que se producen.

**Material y métodos:** Este estudio lo clasificamos como descriptivo, epidemiológico y dentro de estos como serie de casos clínicos. En el estudio participaron 27 equipos profesionales del fútbol español (16 equipos de primera división y 11 de segunda división) con un total de 728 jugadores. Los datos para realizar este estudio se extrajeron de la temporada 2008-2009.

**Resultados:** Los resultados señalan que de un total de 244.835 horas se produce un total de 2184 lesiones, lo que supuso una incidencia de lesión de 8,9 por cada 1000 horas de exposición. Si diferenciamos en función de la sesión en la que se produjo, tenemos una mayor incidencia con 40,2 lesiones cada 1000 horas en competición frente a entrenamiento con 6,0 lesiones, lo que supone un promedio de 80,9 lesiones por equipos y temporada. El 61,7% de las lesiones (n=1348) fueron registradas en entrenamiento, mientras que el 38,3% (n=836) se registró en competición. Por localización, la lesión más común fue el muslo posterior (16,3% de todas las lesiones). El 49,1% de las lesiones fueron de tipología muscular (sobrecarga, contractura o rotura). Las lesiones graves tuvieron una incidencia de 0,8 les/1000h, además destacó que el 3,0% de las lesiones registradas (n=65) requirieron cirugía.

**Conclusiones:** El fútbol tiene una elevada incidencia de lesiones, siendo éstas mayores durante la competición. Encontramos una elevada frecuencia de lesión de tipología muscular y ligamentosa, lo que nos hace sugerir la necesidad de integrar programas preventivos con el objetivo de disminuirla.

**Palabras clave:** Fútbol. Profesional. Lesión. Incidencia. Epidemiología.

### SUMMARY

**Introduction:** Football is a sport with a high incidence of injuries. In this study we will analyse the incidence of injuries with respect to different variables, such as kind of session (training or competition), location, type, severity, mechanism, demarcation and moment of injury.

**Material and methods:** We classified this study as descriptive, epidemiological and, within these classifications, as a series of clinical cases. 27 professional soccer players (16 first division and 11 second division clubs) and 728 soccer players were included in the sample. The data collection was carried out during the 2008-2009 season.

**Results:** A total of 244,835 hours of expositions were recorded, in which a total of 2184 injuries occurred; that is to say, 8.94 per thousand hours of exposition. When we differentiate according to the session that took place, we have a higher incidence with 40.2 injuries per 1000 hours of competition versus 6.0 lesions in training, representing an average of 80.9 injuries per team and season. Of these, 61.7% of the injuries (n=1348) were recorded during training, whilst 38.3% (n=836) were recorded during competitions. The most frequently injured region was the posterior thigh (16.3% of all injuries). 59.1% of the injuries were muscle type (overload, contractures or tears). Severe injuries had an incidence of 0.8 injuries per 1000 hours. Furthermore, 3.0% of the recorded injuries (n=65) required surgery.

**Conclusions:** Soccer has a high incidence of injuries, being higher on competition. We found a high injury rate on muscles and ligaments; so that, we propose integration of preventive programs in the training in order to reduce these figures.

**Key words:** Football. Professional. Injury. Incidence.

Javier Noya Salces<sup>1</sup>

Manuel Sillero Quintana<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Spartak Moscú Fútbol Club. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.  
<sup>2</sup>Laboratorio de Análisis de la Actividad Física. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF). Universidad Politécnica de Madrid. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

### CORRESPONDENCIA:

Javier Noya Salces  
Preparador Físico FC Spartak de Moscú.  
Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF-Madrid).  
C/ Martín Fierro, 7, 28040, Ciudad Universitaria. Madrid. España  
E-mail: noyainfo@hotmail.com

Aceptado: 28.03.2012 / Original nº 605