

# Quick review on published/presented works about snowsports injuries.

Dr Bernat Escoda Alegret  
Dr Josep Escoda Sales  
Centre Medic Pas de la Casa-Grau Roig  
GRANDVALIRA SKI AREA  
ANDORRA



# 54º Congreso Chileno de Medicina del Deporte

## XXIX Congreso de S.I.T.E.M.S.H

International Society for Skiing, Traumatology and Winter Sport Medicine

Comités:  
• Medicina Traumatológica • Medicina Comunitaria • Deportes  
• Medicina del Trabajo • Fisiología del Ejercicio • Fisiología del Agua • Montañismo

SOCIEDAD CHILENA MEDICINA DEL DEPORTE

A realizarse en el  
20 - 31 de AGOSTO  
y 1 de SEPTIEMBRE  
en  
THERMAS DE CHILÁN

MEDICINA Y DEPORTE

MEDICINA DE ALTURA

SIMPÓSIO DE CONFERENCIAS EN:

- LESIONES DE CADERA
- LESIONES MUSCULARES EN EL DEPORTE
- FISIOLÓGICO DE TORTELLO
- FISIOLÓGICO DE LA CADERA

ORGANIZA



[WWW.SOCHMEDEP.CL](http://WWW.SOCHMEDEP.CL)

SITESH

SOCHMEDEP

54 Congreso Chilena de Medicina Deportiva

SITEMSH XXIXth CONGRESS

30, 31 Agosto y 1 Setiembre 2009

TERMAS DE CHILLAN

CHILE

[www.sochmedep.cl](http://www.sochmedep.cl)

[www.sitemsh.org](http://www.sitemsh.org)

# OBJETIVO:

Desde hace varias decadas los profesionales involucrados en la atencion medica a los accidentados por deportes de invierno han ido describiendo y analizando distintos aspectos relacionados con el tema. Actualmente disponemos de abundante material que merece ser evaluado atentamente.

Nos hemos propuesto hacer un repaso no exhaustivo de los trabajos publicados o presentados publicamente en la última década sobre accidentes en los deportes de invierno.

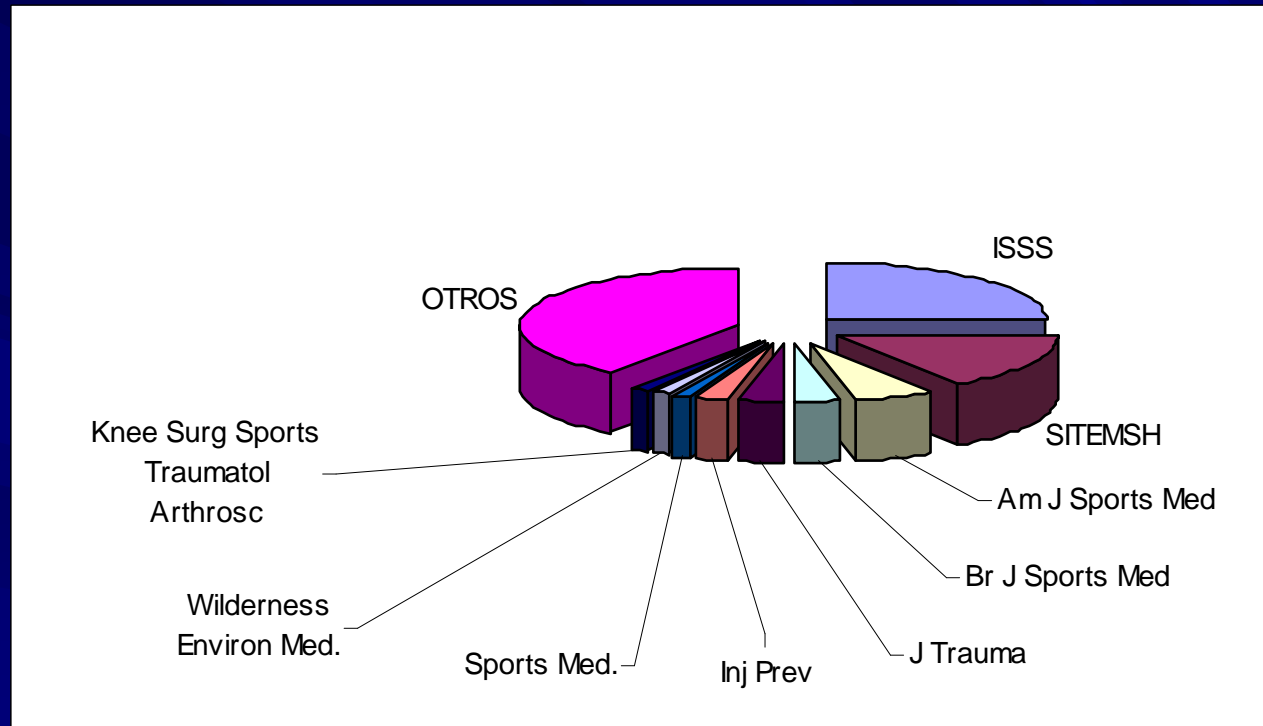
# METODO:

mediante búsquedas en internet se han recopilado los abstracts de trabajos sobre accidentes en deportes de invierno, se han analizado distintas características de dichos trabajos y se han valorado las conclusiones de los mismos

# RESULTADOS

Recopilamos 210 publicaciones, realizadas desde 1998 hasta 2008

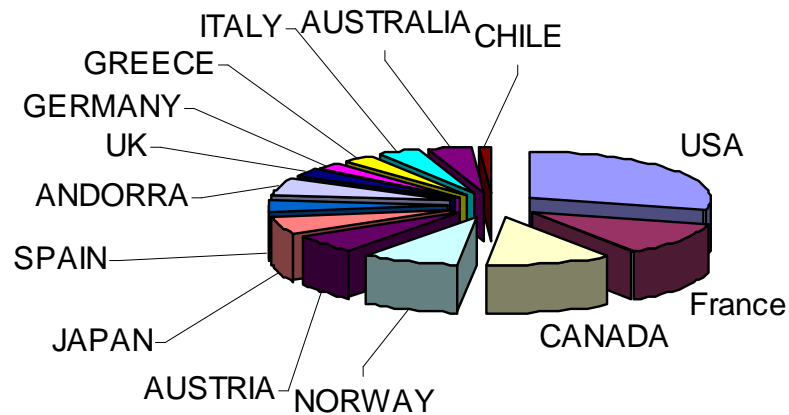
# RESULTADOS



Los trabajos han sido publicados en medios muy variados, aunque los congresos de SITEMSH y ISSS aportan un gran numero de ellos

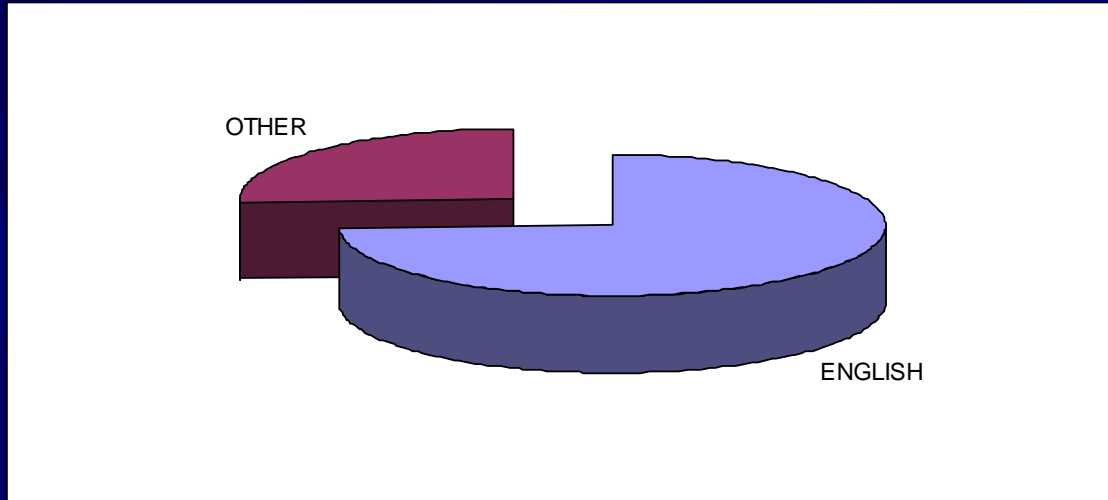


# RESULTADOS



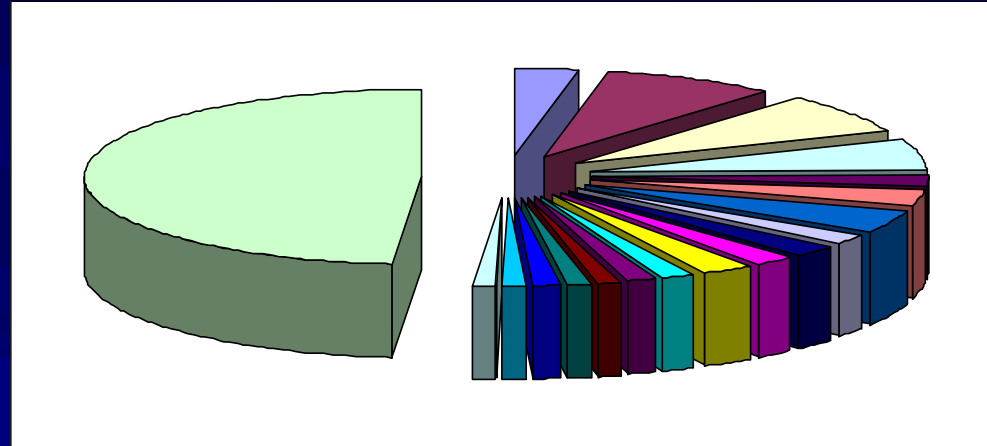
Encontramos trabajos originados en prácticamente todos los países en donde se practican deportes de invierno

# RESULTADOS



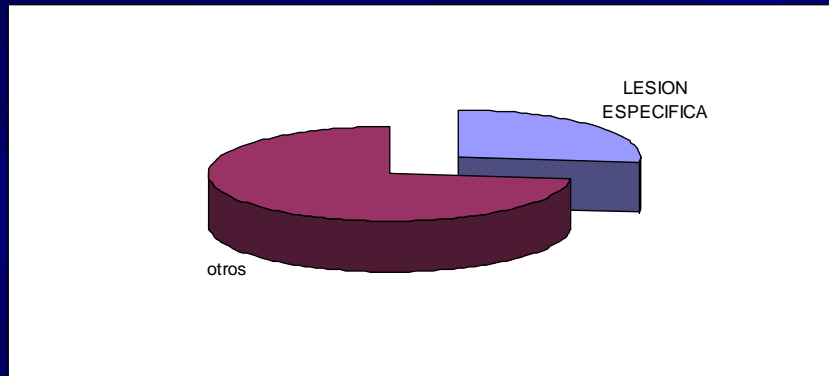
El idioma dominante es  
por supuesto el ingles

# RESULTADOS



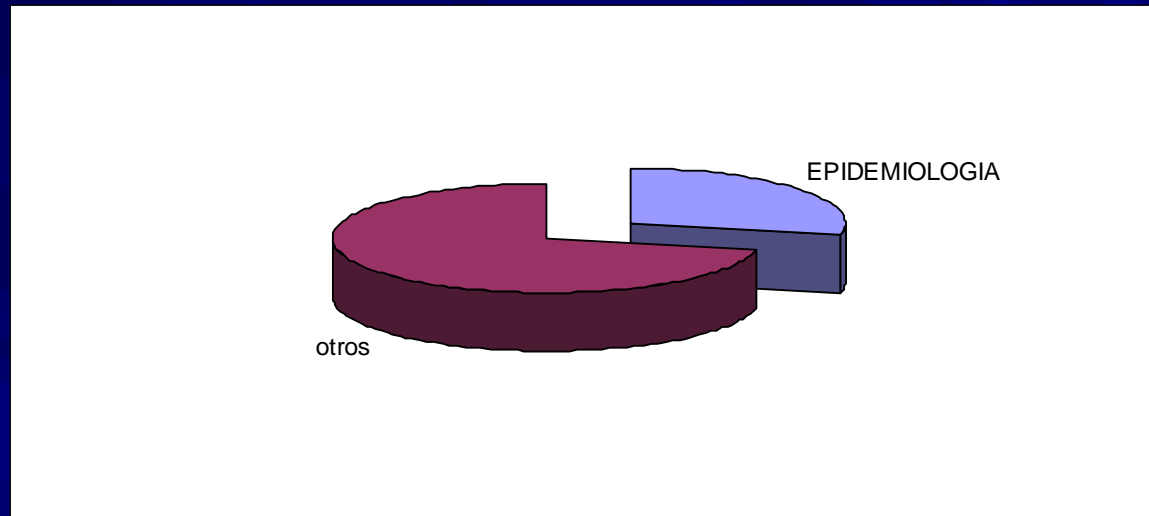
La mitad de las publicaciones corresponden a autores o equipos que podríamos considerar « expertos » en la materia ya que han producido varios estudios sobre el tema, la otra mitad podrían considerarse trabajos aislados

# RESULTADOS



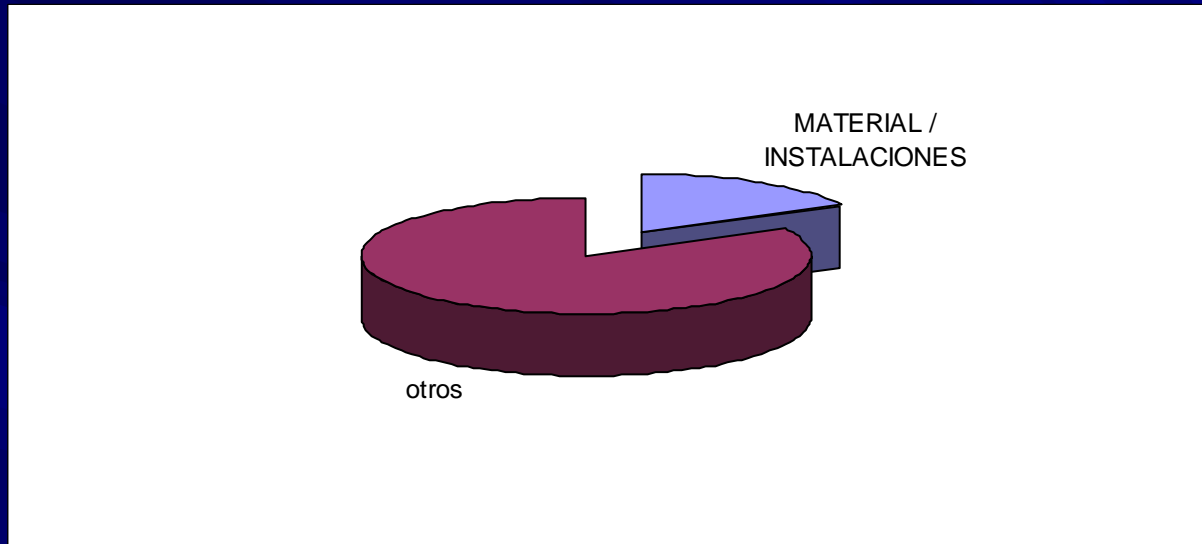
El estudio mas habitual es el que analiza una lesion especifica

# RESULTADOS



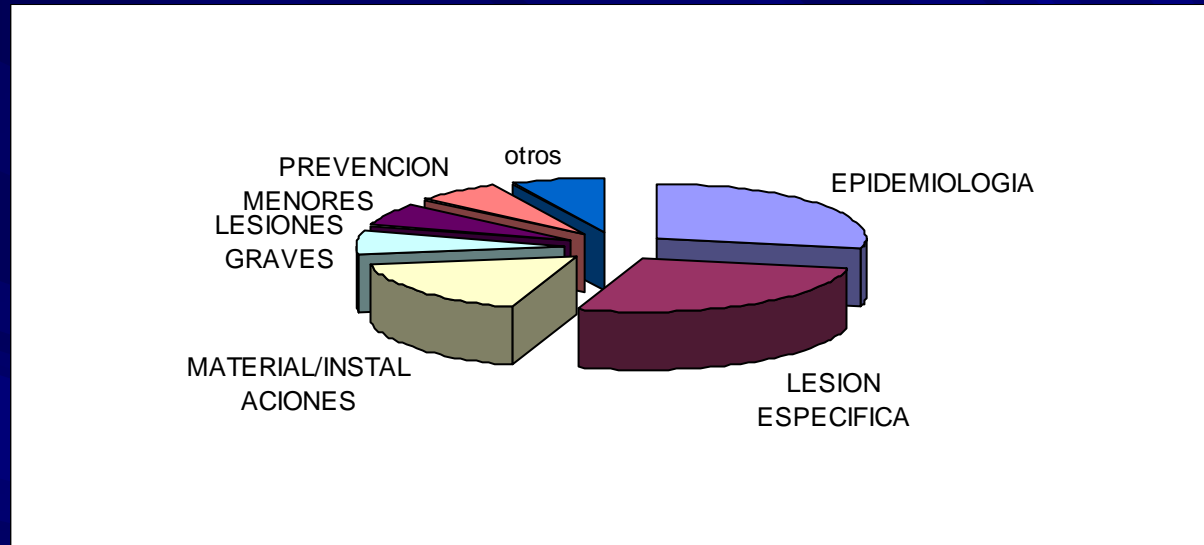
La otra gran categoría correspondería a los estudios epidemiológicos generales, encontrando algunos de ellos con datos sobre numerosas temporadas y números de casos considerables, sin embargo son escasos los estudios que cuentan con poblaciones de referencia

# RESULTADOS



El tercer tema en frecuencia sería todo lo relacionado con el equipamiento del deportista y las instalaciones

# RESULTADOS



Finalmente tres temas objeto de estudio recurrentes aunque con menor presencia serian:

- Lesiones en los menores
- Lesiones graves
- La prevencion en los deportes de nieve

# RESULTADOS

En los distintos estudios no se aprecia el uso de una codificación única para la clasificación de lesiones ya sea por diagnóstico, gravedad o otras características.



# RESULTADOS

Para indicar la incidencia de accidentes se usan varios índices:

- Lesiones por días de esquí
- Lesiones por pasaje
- Lesiones por km de pista recorrido o por desnivel
- MDBI (promedio de días entre 2 lesiones)

# RESULTADOS

Despues de ver las características de los trabajos examinados veamos algunas de las conclusiones que se desprenden de ellos ...

# RESULTADOS

## USO DEL CASCO

Trabajos anteriores habian mostrado una especial incidencia de TCE en menores, se convino impulsar el uso del casco, incidiendo especialmente en el colectivo de menores, actualmente en los lugares en que esto se ha echo realidad las lesiones craneoencefalicas han disminuido significativamente en menores

# RESULTADOS

## ESQUI ALPINO Y RODILLA

El esguince de rodilla es la lesión típica en el practicante de esquí alpino, para su prevención es primordial asegurarse del correcto funcionamiento de las fijaciones, así como adecuar la práctica al nivel técnico y físico del esquiador.

# RESULTADOS

## SURF DE NIEVE Y LESION DE MUNECA

La prevencion pasaria por el uso de protecciones especificas y por un aprendizaje guiado de la disciplina, asimismo los « snowparks » deben ser construidos de manera segura y deberian ser clasificados segun niveles de dificultad

# RESULTADOS

## PRINCIPIANTES Y DEPORTES DE NIEVE

En las distintas modalidades de deportes de nieve el hecho de iniciarse en la practica se asocia con un mayor riesgo de lesion, se recomienda pues seguir un curso con profesionales. Tan importante es adquirir habilidades tecnicas como un conocimiento del medio y de las normas de comportamiento a respetar en las pistas

# CONCLUSIONES

Los estudios sobre accidentes en deportes de invierno pueden ayudarnos a optimizar el tratamiento inicial o secundario del lesionado, mejorar la organización de la atención médica y de los equipos de socorro, impulsar mejoras técnicas en el material y las instalaciones, sugerir medidas en el campo de la prevención....

# CONCLUSIONES

Somos conscientes que se han realizado muchos mas estudios sobre los accidentes en los deportes de invierno que los que hemos repertoriado y analizado, entre todos deberiamos intentar hacer mas visibles los esfuerzos realizados.



# CONCLUSIONES

Es importante proseguir el esfuerzo en la recolecta de datos para futuros estudios, pero tan importante es intentar explotar y saber interpretar los datos ya existentes, así como enmendar los posibles errores o carencias de anteriores investigaciones.