



## Catalunya lidera la investigació sobre el trencament de lligament a les dones futbolistes

MUTUALITAT FCF | 02/09/2022

L'Institut Cugat i la Mutualitat de Futbolistes es converteixen en el centre mundial de l'estudi sobre el trencament del Lligament Creuat Anterior (LCA) a les dones, que quadruplica la mateixa lesió als homes.



A l'Hotel Don Jaume de Castelldefels, s'ha celebrat durant tot el matí el Congrés sobre el Lligament Creuat Anterior (LCA) a les dones futbolistes liderat pel prestigiós traumatòleg i president del Comitè Mèdic Assessor de la Mutualitat de Futbolistes, **Ramon Cugat**. La Jornada s'ha iniciat amb una benvinguda de **Ramon Cugat** en representació de l'Institut Cugat on ha destacat: "La importància de l'estudi sobre l'LCA femení degut al gran nombre de lesionades que hi ha a tot el món. És el nostre deure estudiar i arribar a trobar la millor prevenció d'aquests trencaments per baixar aquestes xifres de lesionades".



Un dels punts més significatius ha arribat a l'hora de parlar de l'epidemiologia de l'LCA al futbol femení, on un estudi fet per la metgessa de la Mutualitat de Futbolistes, **Ester Sala**: "Des del 2016 aquesta lesió ha incrementat a les dones practicants de futbol, degut a l'augment de llicències en un 208%". Una dada molt significativa que parla de la gravetat d'aquest trencament de l'LCA a les dones futbolistes.



Una dada esgarrifosa que s'ha d'evitar amb una bona prevenció de les nostres jugadores. Pel doctor **Jorge Ramírez**. "És important incidir en la importància de la prevenció en quatre aspectes bàsics: Anatòmic, Hormonal, Genètic, i Neuromuscular. Els estudis sobre aquests aspectes es donaran les eines per obtenir recursos tècnics per una bona prevenció contra la lesió de LCA".

L'estudi hormonal produït durant la menstruació pot ser un factor a tenir en compte a l'hora de patir aquesta lesió (els cicles hormonals tenen una relació important en relació a aquesta greu lesió), així com la biomecànica específica de les dones, amb cames en valg. També s'ha tractat sobre els factors psicosocials a l'hora de la rehabilitació d'aquesta lesió a les dones. I és fonamental un reforç psicològic a l'hora d'obtenir una bona rehabilitació a les jugadores de futbol una vegada operades del lligament creuat anterior (LCA).

El Dr. de la Mutualitat de Futbolistes de la delegació catalana, **Pedro Álvarez**, ha parlat de les diferents formes de reconstrucció d'un trencament de lligament creuat, i de l'estudi de noves tècniques per la reparació d'una lesió d'LCA.



A la Jornada hem pogut conèixer de primera mà l'experiència d'aquesta lesió patida per jugadores professionals com la jugadora del FC Barcelona, **Bruna Vilamala**, que es la segona vegada que es lesiona de trencament d'LCA i ha assenyalat, que "S'han de respectar els plaços de recuperació, als professionals mèdics i fisioterapeutes, així ho vaig fer la primera vegada i vaig tornar a jugar al cent per cent. Animo a totes les noies que estiguin patint aquesta lesió a que segueixin andavant sense cap por, perquè amb treball tornaran a donar el millor de sí mateixes". També han aportat la seva experiència la jugadora del RCD Espanyol, **Marta Turmo**, i les jugadores **Clara Cos** i **Sara Mérida**.



**FEDERACIÓ  
CATALANA**  
DE FUTBOL

PROU  
VIOLÈNCIA  
AL FUTBOL  
RESPECTE

Departament de  
premsa i comunicació

T. 93 265 24 77 Ext. 2081  
premsa@fcf.cat

[www.fcf.cat](http://www.fcf.cat)



A la Conferència ha assistit el Director General de la Mutualitat de Futbolistes Espanyols, **José Elías Gallegos** i la cap dels serveis mèdics de la RFEF i membre dels equips mèdics de la UEFA, la doctora **Elena Herrero**.

# NOTA DE PREMSA



**FEDERACIÓ  
CATALANA**  
DE FUTBOL

PROU  
VIOLÈNCIA  
AL FUTBOL  
RESPECTE

Departament de  
premsa i comunicació

T. 93 265 24 77 Ext. 2081  
premsa@fcf.cat

[www.fcf.cat](http://www.fcf.cat)

