

Vuelta ciclística a Nariño 2022 desde la fisioterapia deportiva

Nathalia Basante Torres

Profesora de Fisioterapia

Universidad Mariana

El fisioterapeuta trabaja en conjunto con diversas áreas de la salud dentro de los equipos deportivos, con el fin de mantener al deportista sano y en óptimas condiciones para afrontar futuras competencias (Alfonso-Mantilla, 2018). Bajo este escenario, se resalta el rol del fisioterapeuta dentro de los equipos deportivos, por lo cual es importante que los estudiantes puedan vivenciar el desempeño dentro de un equipo multidisciplinario. ¡Qué mejor manera de realizarlo que, en una competencia de suma importancia a nivel departamental y nacional como la vuelta ciclística a Nariño! En este caso, la sexta edición, la cual actualmente hace parte del calendario de eventos de la Federación Colombiana de Ciclistas.

Figura 1

Aplicación de masaje de activación, precompetitivo Cuarta etapa Vuelta a Nariño 2022



Fuente: Nathalia Basante Torres.

Una de las áreas reconocidas por la Confederación Mundial de Fisioterapia (WCPT, por sus siglas en inglés) es la deportiva, la cual, se ha logrado consolidar con la creación del subgrupo *The International Federation of Sports Physical Therapy* (IFSPT) en 2004; su objetivo ha sido aumentar el reconocimiento del área deportiva y facilitar el desarrollo de la especialidad, (González et al., 2017); por lo tanto, es fundamental encontrar escenarios de práctica en la formación de estudiantes desde el programa de Fisioterapia de la Universidad Mariana, enfocados en la intervención fisioterapéutica deportiva, contribuyendo así, en la generación de

mayor impacto y la relevancia del rol del fisioterapeuta en este ámbito.

Desde la Universidad Mariana y el programa de Fisioterapia se ha promovido la participación de los estudiantes en formación, en el acompañamiento de la sexta vuelta ciclística a Nariño 2022, competencia que contó con más de 200 asistentes, entre autoridades, deportistas, homenajeados y comunidad en general. Se efectuó el lanzamiento de la sexta versión de la Vuelta a Nariño 2022, en la que participaron más de 150 pedalistas entre hombres y mujeres, en cinco etapas que recorrieron gran parte del territorio nariñense (Gobernación de Nariño, 2022), evento en el cual fue relevante la participación del equipo de Ciencias aplicadas de la Secretaría de Recreación y Deporte. En celebración del Convenio interinstitucional entre la Secretaría departamental de Recreación y Deporte y la Universidad Mariana con el programa de Fisioterapia y la práctica formativa y pre-profesional de intervención integral en el deportista, se logró que los estudiantes en formación disfruten y vivencien el rol que se desempeña en el ambiente competitivo, siendo este uno de los ámbitos más comunes donde el fisioterapeuta se desempeña.

Según Muñoz et al. (2022), el trabajo interdisciplinar en el área deportiva, en su mayoría, es realizado en conjunto entre el fisioterapeuta y el médico; la atención en emergencia, los procesos de rehabilitación y el retorno a actividad deportiva tienen menor participación interdisciplinaria, con el entrenador, nutricionista y psicólogo.

Figura 2

Aplicación de estiramiento muscular en el equipo 'Nariño, tierra de ciclistas'



Fuente: Nathalia Basante Torres.

Al respecto, dentro de los roles que puede desempeñar un fisioterapeuta como parte de un equipo de ciclismo profesional y/o aficionado, está la preparación del deportista para la etapa competitiva, por medio del masaje de activación muscular y el calentamiento, cuyo objetivo es preparar el cuerpo del atleta para que se enfrente a la etapa de la competencia y prevenir así la presencia de lesiones o tensiones a nivel del sistema osteomuscular. Por otra parte, está el acompañamiento durante el recorrido de la competencia, donde su función principal es brindar la hidratación y alimentación al deportista. Además de estar pendiente de los requerimientos, también debe atender situaciones de emergencia como la prestación de atención primaria en caídas y/o posibles lesiones que surgen durante la competición.

Posterior a la competencia, en la fase de recuperación deportiva, el fisioterapeuta puede emplear elementos como electroterapia, aplicación de crioterapia, uso de botas de compresión, técnicas manuales como el masaje de recuperación deportiva y la ejecución de diferentes técnicas de estiramiento, entre otras; todas estas estrategias son llevadas a cabo con el fin de que el deportista se recupere lo más pronto posible y de manera óptima, para que pueda ejecutar la próxima etapa de competencia y así, potencializar sus habilidades para obtener los resultados propuestos y conseguir las metas planteadas inicialmente (Nava, 2014).

El protocolo del masaje deportivo, antes y después, para los ciclistas de ruta se hace efectivo en el proceso de recuperación, tras una competencia efectuada, lo cual va a influir directamente en los resultados en un corto periodo de tiempo, consiguiendo así el restablecimiento neuromuscular y, mejorando directamente los resultados obtenidos en los deportistas, por lo cual se resalta nuevamente la relevancia de que los estudiantes en formación tengan la oportunidad de realizar prácticas con deportistas a nivel profesional, como los ciclistas participantes de competencias como la Vuelta a Nariño 2022, contribuyendo a la prevención de riesgos de lesiones, no solo de las disciplinas de ciclismo, sino de las demás corrientes deportivas.

Figura 3

Aplicación de masaje de recuperación deportivo



Fuente: Nathalia Basante Torres.

De esta manera, se evidencia el compromiso del programa de Fisioterapia por brindar espacios idóneos y esenciales para que los estudiantes realicen prácticas en intervención integral al deportista; esta disciplina es una de las ramas más importantes de esta profesión, aportando así, conocimientos para su formación como futuros profesionales.

Cabe resaltar que, tanto para los estudiantes como para la docente encargada de esta práctica, llevar a cabo el acompañamiento en esta competencia era todo un reto; sin embargo, todas las actividades programadas fueron realizadas exitosamente, generando un gran impacto en los deportistas participantes de la vuelta a Nariño en su sexta edición, con la cual se obtuvo un reconocimiento por parte del secretario de Recreación y Deporte, considerando la labor desarrollada. Es importante dar a conocer que la experiencia adquirida fue interesante y muy enriquecedora, dado que se logró cumplir con los objetivos educativos propuestos, adicionando experiencias tan provechosas para los estudiantes.

Referencias

- Alfonso-Mantilla, J. I. (2018). Fisioterapia y su rol en el alto rendimiento: una revisión sistemática de la literatura. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 7(1), 1-12. <https://doi.org/10.24310/riccafd.2018.v7i1.4853>
- Gobernación de Nariño. (2022). Lanzamiento de la 6ta versión de la Vuelta a Nariño <https://sitio.narino.gov.co/1357-2/>
- González, L. E., Serrano, A. M., Morales, L. M. y Granados, J. O. (2017). Análisis documental de las habilidades profesionales del fisioterapeuta deportivo. *Revista Colombiana de Medicina Física y Rehabilitación*, 27(1), 16-24. <https://doi.org/10.28957/rcmfr.v27n1a1>
- Muñoz, J. A., Portilla, Y. L. y Álvarez, S. J. (2022). Caracterización del perfil profesional y rol del fisioterapeuta del área deportiva en Cauca y Nariño. *Movimiento Científico*, 15(2), 13-23. <https://doi.org/10.33881/2011-7191.mct.15203>
- Nava, L. (2014). Protocolo de masaje deportivo en ciclistas de ruta. En M. Ramos y J. Serrudo (Eds.) *Ciencias de la Salud*, pp. 1-16. Universidad Mayor, Real y Pontificia de San Francisco Xavier de Chuquisaca.

