

LESIONES DEPORTIVAS: TRATAMIENTO Y RECUPERACIÓN. UNA MIRADA EN CLAVE DE ESI

by Lucrecia Sabadotto - jueves, mayo 11, 2023

<https://colectivodale.org/lesiones-deportivas-tratamiento-y-recuperacion-una-mirada-en-clave-de-esi/>

“...el dolor no es solamente una serie de mecanismos fisiológicos, sino que afecta a un hombre singular, inserto en una trama social, cultural y afectiva marcada por su historia personal. No es el cuerpo el que sufre, sino el individuo en su totalidad. El dolor es antes que nada la invasión de una significación particular en el centro del sujeto; en ese sentido, está modelado por las circunstancias, por la capacidad del sujeto para hacerles frente.”¹

Los espacios donde se desarrollan prácticas corporales deportivas: clubes, escuelas (de fútbol, tenis, atletismo, gimnasia, etc), instituciones educativas, entre otras ocupan un lugar muy importante en la formación, desarrollo y crecimiento de niños y adolescentes. En un momento en donde la Educación Sexual Integral intenta repensar y construir una mirada común acerca de los vínculos que deseamos para nuestra sociedad, estas prácticas merecen especial atención.

En el deporte en general y en el competitivo y de alto rendimiento en particular, es muy común que niños y jóvenes se lesionen y deban atravesar procesos de recuperación. Si bien los motivos son muy diversos, existen factores que se presentan cada vez con mayor frecuencia: la sobrecarga, la exigencia y el stress provocado por las altas cargas de entrenamiento; caídas o errores en la ejecución de los ejercicios, choques o situaciones que se dan en contacto con otros compañeros.

Tomando los ejes de la ESI que refieren al cuidado del cuerpo y la afectividad, resulta interesante analizar las situaciones que se dan en torno de estas lesiones deportivas, su tratamiento y recuperación, entendiendo que éstas responden a una lógica y una construcción de sentidos que impera en los ámbitos deportivos, que se encuentra naturalizada y que es necesario problematizar. El presente artículo intenta indagar sobre estas relaciones para introducir preguntas y aportar a la construcción de prácticas corporales más cuidadosas, respetuosas e inclusivas.

Si la Educación Sexual Integral es una forma de entender las corporalidades: ¿Qué concepción de cuerpo atraviesan las prácticas deportivas cuando, frente a un niño o adolescente que se encuentra recuperándose de una lesión, se lo habilita a participar igual de una competencia o de un partido? En estos casos, es muy común que se utilicen analgésicos para mitigar el dolor que produce mover la zona lesionada cuando

todavía no está preparada para ello, así como también elementos de rehabilitación (vendajes, rodilleras, tobilleras, etc) que contribuyen con la estabilidad. En casos más extremos y no por ello menos frecuentes, niños o adolescentes participan de la competencia o del partido bajo los efectos de algún anestésico local que bloquea las terminales nerviosas mediante un efecto de frío intenso, eliminando toda sensibilidad y enmascarando las molestias causadas por la actividad, con posibles consecuencias muy negativas en la misma lesión que se está recuperando.

Otra situación se da en torno del entrenamiento. Las más de las veces, un niño o adolescente que se encuentre lesionado debe participar igual de la preparación física, involucrando en la menor medida posible la zona afectada, de modo de “no perder” el ritmo. Por ejemplo, en el caso de la gimnasia artística, si la lesión es en la pierna, la gimnasta o el gimnasta debe entrenar el resto del cuerpo e, incluso, la otra pierna, mediante ejercicios de piso que le permitan no apoyar, o bien, puede seguir practicando el aparato “Paralelas” o “Barra” pues se trata de un elemento donde la persona se debe colgar y el apoyo se encuentra en las manos. Tratándose de cuerpos en desarrollo, el hecho de encontrarse frente a una lesión y aún así, exigir al resto del cuerpo la ejecución de ejercicios de precisión, de fuerza o de resistencia, con la organización que esto implica merece, cuanto menos, introducir algunos interrogantes.

Es muy común, también, que sean los mismos niños o adolescentes quienes no quieran dejar de competir o de entrenar, como iniciativa propia. En estos casos, la pregunta acerca de las motivaciones que impulsan estas decisiones en los pequeños deportistas no pueden dejar de incluir una mirada crítica respecto del deporte en general y del deporte competitivo en particular, y de las legalidades y legitimidades que allí se construyen. Estas lógicas orientan algunos modos de actuar, pensar, sentir por sobre otros, naturalizando una matriz que se repite desde hace muchos años.

Por lo expuesto resulta oportuno comenzar a interrogar: ¿Cómo se vinculan los niños y adolescentes que practican un deporte con el dolor corporal? ¿Existen formas que se imponen en el vínculo con el propio cuerpo? ¿Hay jerarquías? ¿Cuáles son las vinculaciones que los docentes formadores tienen con sus cuerpos?, ¿y con los dolores manifestados por la práctica o por las lesiones? ¿Qué lugar ocupan las sensaciones y percepciones singulares en la práctica deportiva? ¿Hay espacios-tiempos dedicados a nutrir esas percepciones, alojar diferencias, alteridades, diversidades? ¿Cómo actúa un docente formador de prácticas corporales frente al dolor de un niño o adolescente? ¿Cuáles son las valoraciones que posee para analizar, pensar y actuar frente a esa situación? ¿No está acaso instalado, visto como “malo”, “flojo”, “falto de valentía” aquel/aquella que exprese un dolor y deje de competir, entrenar o practicar por ello? ¿No están acaso legitimados aquellos que se la bancan igual, aunque les duela? ¿Hay allí instalado una suerte de refuerzo sobre el estereotipo de masculinidad? ¿Acaso no es tiempo de revisar esos sentidos para poder dar nuevas referencias al tema, ampliaciones, incluir las perspectivas diversas? En clave de Educación Sexual Integral: ¿no es momento de analizar, reflexionar y trabajar en pos de construir relaciones más saludables, cuidadosas y respetuosas con las corporalidades de niños y adolescentes?

Es válido mencionar que estas lesiones sufridas en la infancia o adolescencia, en pleno desarrollo perduran en el tiempo, algunas de por vida. Las secuelas o dolores residuales suelen ser muy frecuentes, con la complejidad que esto conlleva para la organización postural de ese sujeto y su futuro. Las lesiones dañan conexiones fundamentales. Hernias discales en toda la columna, protusiones, pubalgias y lumbalgias crónicas, tendinitis, fracturas mal curadas por no respetar los tiempos, microtraumatismos en articulaciones, entre tantas otras, dejan sus perdurables marcas. Entendiendo que no puede separarse el desarrollo psicomotor de la constitución subjetiva de infancias y adolescencias y que, en estos términos, se encuentran permanentemente construyendo sentidos y apropiándose de saberes que, también, hacen cuerpo. Si las experiencias que les niños y adolescentes atraviesan durante su desarrollo producen subjetividad, los golpes, las caídas, los dolores, las lesiones, también.

A modo de cierre, y con la intención de continuar reflexionando, una nueva invitación a la pregunta: ¿Nos encontramos, acaso, frente a situaciones de violencia invisibilizada que operan sobre los cuerpos de niños y adolescentes?

¹Le Breton, David. 2010. *Cuerpo Sensible*. Chile. Editorial Metales Pesados