

RESUMEN

El título del estudio es “Efecto de la técnica de movilidad neurodinámica en la flexibilidad y la correlación con la velocidad lineal en futbolistas juveniles de 16 a 18 años”. Este estudio será llevado a cabo por un equipo investigador perteneciente al Departamento de Medicina y Cirugía de la Universidad Rovira i Virgili y formado por la Dra. Montse Fibla y como colaboradores la Sra. Lucía Trullenque y la Sra. Andrea Coca. Tiene como objetivo valorar la eficacia de la neurodinámica en la musculatura isquiotibial y relacionar el aumento de flexibilidad de éstos con la velocidad lineal de futbolistas entre 16 y 18 años.

Se prevé que el estudio tendrá una duración de 6 meses, se realizarán dos grupos de 11 individuos pertenecientes al equipo juvenil A del Club Reus Deportiu, que deberán tener una edad comprendida entre los 16 y 18 años (ambas edades incluidas) y tener predisposición a seguir el protocolo del estudio. De la misma forma quedarán excluidos del estudio aquellos que estén fuera del rango de edad establecido, aquellos que no tengan la actitud adecuada que requiere el estudio, además de los individuos que padezcan una lesión grave y/o que los tutores legales no estén de acuerdo por escrito, en que la persona realice el estudio. De los dos grupos, uno de ellos realizará ejercicios neurodinámicos añadidos a su entrenamiento durante dos meses y el otro grupo realizará un entrenamiento normal y habitual. Será importante que no haya cruce de información entre ambos grupos para que el resultado no difiera de la realidad. Ambos grupos serán valorados al principio, durante y al final del estudio mediante pruebas de extensibilidad y velocidad con la finalidad de evidenciar empíricamente la eficacia o no-eficacia de añadir las movilizaciones neurodinámicas en el entrenamiento.

Una vez valorados, los resultados se contrastarán con la hipótesis inicial, si estos confirman la hipótesis, se podrían aplicar las técnicas de movilización del sistema neural en sus entrenamientos cotidianos o de manera ocasional, siendo además extrapolable a otros tipos de músculos y nervios. Además, permitirá hacer una valoración observacional a entrenadores y preparadores físicos de cómo este tipo de terapia resultará también en una manera de entrenar la potenciación de los jugadores, haciéndolos más veloces y previniendo posibles lesiones musculares que pueden surgir en la realización de los distintos movimientos habituales de cada deporte.

En el caso de que los resultados nieguen la hipótesis inicial, nos permitirá al equipo investigador hacer un auto-análisis del estudio y valorar el motivo de que la técnica no haya sido efectiva. Puesto que podría ser debido a múltiples factores distintos a que simplemente la técnica en sí no sea efectiva. Este hecho nos permitirá conocer con más profundidad este tipo de terapia, buscar la manera de aplicarla correctamente o simplemente descartarla definitivamente en caso de que los resultados tanto del estudio, como del auto-análisis del mismo no sean favorables.