

# Recuperarea kinetică după traumatisme sportive

Ágnes Ugron, Mariana Marolicaru

Universitatea „Babeş-Bolyai” Cluj-Napoca, Facultatea de Educație Fizică și Sport

## Rezumat

*Premize:* Cercetarea pleacă de la premisa că este posibil să existe anumite elemente care creează o strânsă interdependență între programul kinezoterapeutic și felul reabilitării.

*Obiective:* Obiectivul cercetării este focalizat pe sportivul traumatizat și pe trăirile psiho-afective ale acestuia în timpul recuperării.

Lucrarea se bazează pe demersul recuperării kinetice după traumatisme, la sportivii de performanță luând în considerare statisticile care stabilesc o ierarhie a accidentărilor în funcție de sport.

*Metode:* În realizarea cercetării s-a folosit metoda anchetei. La cercetarea propriu-zisă au participat 30 de sportivi de performanță (12 fete și 18 băieți), care practică jocuri sportive (handbal, volei, fotbal, baschet și hochei pe gheață) și au suferit un traumatism sportiv.

Subiecților le-a fost administrat în perioada 1 decembrie 2006-1 aprilie 2007, un chestionar referitor la problemele ridicate de accidentări. Chestionarul cuprinde 16 itemi, fiecare având 3-6 posibilități de răspuns.

*Rezultate:* Rezultatele obținute decurg din datele prelucrării statistice și sunt prezentate grafic.

S-a constatat că procesul de recuperare kinetică după accidentarea sportivă numai la 20 % din cazuri a fost început la timp. Conform părerii unui procent de 10% din sportivi procesul de recuperare depinde de clinica unde sportivul este internat, tratat sau operat. La 90% din cazuri, durerea a fost un factor limitant în timpul recuperării, la 6,66% „fără durere nu există succes”, iar în 3,33% din cazuri recuperarea n-a fost limitată de durere. Din eșantionul cercetat 93,33% dintre sportivi au afirmat, că recuperarea kinetică are un rol important în scurtarea timpului recuperator, iar numai după 6,66% tratamentul kinetic nu modifică intervalul de timp necesar recuperării. Un număr de 20 de sportivi, reprezentând un procent de 66,66 %, consideră că antrenorul și coechipierii l-au sprijinit în reintegrare în activitatea sportivă competițională. Un procent de 6,66 % a fost sprijinit de antrenor, coechipieri, psiholog, iar 13,33 % consideră că sprijinul cel mai important a fost acordat de către antrenor, coechipier și kinezoterapeut. Numai 3,33 % au fost sprijiniți de antrenor, coechipieri, medicul sportiv și de masor; 10 % dintre subiecți au confirmat că coechipierii au sprijinit în reintegrarea în activitatea sportivă competițională. Numai în cazul a doi sportivi a fost menționat și psihologul cu rol incontestabil. Aceste date relevă o mare lipsă a contribuției psihologice, care este frecvent întâlnită în activitatea sportivă de performanță în țara noastră.

*Concluzii:* Activitatea de recuperare în echipă are funcția, rolul și importanța sa incontestabilă în reintegrarea sportivului accidentat în activitatea sportivă competițională. În urma evaluării rezultatelor s-a ajuns la concluzia că riscul de accidentare crește în funcție de pretențiile față de sportiv. Recuperarea kinetică după traumatisme este percepută diferit de la sportiv la sportiv și contează foarte mult cât de susținut este acesta de cei apropiați și de antrenor. În cazul în care sportivul nu are susținere suficientă situația după accidentări devine dramatică pentru că favorizează instalarea singurătății lipsei de încredere și duce la scăderea performanței.

**Cuvinte cheie:** recuperare kinetică, traumatism, sport de performanță, recuperare, orientare socială