

Lesiones más comunes en pescadores deportivos y la aplicación de Medicina Natural y Tradicional

The most common injuries in the sport fishermen and the treatment of natural and traditional Medicine

Lina Belkis Gómez Santana,¹ Silvio Rivera Espinosa², Martha Belkis Granado Gómez,³ Orlando Pedro Suárez Pérez⁴

¹Doctora, Jefa Grupo Básico de Trabajo, Salud Pública, San Juan y Martínez. MINSAP. Correo electrónico: orlandop.suarez@upr.edu.cu

²Licenciado en Cultura Física. Universidad de Pinar del Río «Hermanos Saíz Montes de Oca».

³Estudiante de segundo año de Licenciatura en Enfermería. Universidad de Ciencias Médicas de Pinar del Río «Ernesto Che Guevara de la Serna».

⁴Profesor de Educación Física, Departamento Didáctica de la Educación Física, Profesor Auxiliar, Máster en Ciencias de la Educación. Universidad de Pinar del Río «Hermanos Saíz Montes de Oca», Facultad de Cultura Física «Nancy Uranga Romagoza».

Recibido: 24 de noviembre del 2017.

Aprobado: 13 de diciembre de 2017.

RESUMEN

La pesca deportiva es una actividad que implica riesgos. El objetivo de este trabajo estuvo referido a identificar las lesiones más comunes en los pescadores cubanos que participaron en eventos deportivos y su tratamiento con Medicina Natural y Tradicional. Se realizó un estudio observacional descriptivo y longitudinal, donde se aplicó una encuesta a 150 participantes que conformaron el universo de estudio y la muestra estuvo representada por los 95 pescadores que sufrieron algún tipo de lesión o accidente en los eventos nacionales de la Federación Cubana de Pesca Deportiva, en las modalidades de Spinning Marítimo, que tuvieron lugar entre los años 2015 y 2016. Durante el proceso investigativo se utilizaron métodos teóricos, empíricos y estadísticos, que permitieron corroborar la existencia

real del problema, así como la valoración de su pertinencia. El estudio realizado demostró que las lesiones más comunes ocurridas en los pescadores deportivos durante el desempeño de sus actividades son las lesiones musculo esqueléticas (54,7 %) y las lesiones de la piel (43,1 %). Se reconoció que el uso de la Medicina Natural y tradicional, *in situ*, puede no solo aliviar y mejorar los síntomas producidos por estas afecciones, sino además prevenir complicaciones a corto, mediano y largo plazo.

Palabras clave: Pesca deportiva; lesiones, medicina natural y tradicional.

ABSTRACT

Sport fishing is a risky activity. This research meets the goal of identifying the most common injuries in Cuban fishermen who participated in sport tournaments and its treatment with Natural and traditional Medicine (Green Medicine). It was carried out a descriptive observation and a survey applied to 150 participants, the sample was represented by 95 fishermen who suffered any kind of injury or accident in the national sport contests of the Cuban Federation of Sport Fishing. The scientific methods proved the evaluation and the motivation of research. This study reveals that most of the injured fishermen were affected in the muscle skeleton system (54,7 %) and skin (43,1 %). It was also confirmed that the green medicine prevents serious health disorders.

Key words: Injuries; sport fishes; natural and traditional medicine.

INTRODUCCIÓN

La pesca deportiva es la actividad deportiva consistente en la captura de peces con fines recreativos y no lucrativos, en contraposición a la pesca comercial. En la pesca deportiva se emplean cañas de pescar, carretes, línea o sedal, y anzuelos con cebos naturales o artificiales para conseguir los peces. Es una de las formas más populares de esparcimiento en todo el mundo. Permite a la gente disfrutar al aire libre y aceptar el desafío de su persecución, luchar con peces escurridizos, y quizás, obtener comida (Valladares, 2016).

Cuba es uno de los lugares favoritos para los amantes de la pesca. Puede presumir de tener una ubicación privilegiada al estar entre los estrechos de Florida y las Bahamas y contar con cuencas y fosas submarinas que actúan de barreras naturales y que propician el paso de cientos de especies de peces (Valladares, 2016).

Para muchas personas, la práctica de la pesca deportiva no pasa de ser un mero entretenimiento tranquilo, casi contemplativo e incluso aburrido, exento de emociones fuertes más allá de las proporcionadas por la lucha contra un pez. Y esto en parte es así, pero hablar de la pesca deportiva como tal sería bastante complicado debido a las diferentes modalidades, escenarios e incluso, por qué no decirlo, de las diferentes intensidades por parte de los pescadores (Giorgetti, 2016).

La pesca se considera un deporte y, de hecho, existen federaciones de pesca y clubes que organizan competiciones a lo largo y ancho de todo el país. Así pues, como todo deporte, la pesca deportiva implica ciertos riesgos para sus practicantes, debido, en parte, a la falta de cuidados específicos y a la toma de precauciones básicas (Montero, 2015).

Existen modalidades muy concretas como la pesca a mosca o la pesca con señuelo artificial, como ocurre para los pescadores de Black Bass, los amantes del spinning marítimo o de la pesca de la trucha. En estos se realiza un acto repetitivo consistente en armar el brazo para lanzar los señuelos lo más lejos y preciso posible, que puede ocasionar diversas dolencias como contracturas o sobrecargas que pueden resultar bastante dolorosas y que precisarán

de cuidados específicos para aliviarlos (Montero, 2015).

Durante la extracción y selección de capturas que son comunes a todos los tipos de pesca, son frecuentes las heridas en las manos y pies por artes y aparejos, así como por mordeduras y pinchazos con anzuelos y órganos de defensa de los peces. Las primeras pueden ser lacerantes, punzantes y contusas; las segundas también punzantes por medios de defensa de peces como dientes afilados, espinas, púas, agujones y por pieles urticantes y erosivas.

El *Bioriesgo* tiene que ver también con el material que arrastran las redes y anzuelos desde el lecho marino, de ríos, lagos, embalses, acuarios y piscinas de acuicultura. Incluye los causados por bacterias gram-positivas, gram-negativas, aerobias y anaerobias, así como de vida libre; esporas como las del tétanos, venenos contenidos en púas y otros medios de defensa de los peces. Hay evidencia que indica un aumento importante de las actividades relacionadas con la pesca en el mundo y con ello un incremento del riesgo de exposición a especies que pueden causar accidentes con riesgo biológico (Jaramillo, 2014).

Teniendo en cuenta la alta incidencia de los diversos tipos de lesiones que ocurren como consecuencia de estas actividades y además por realizarse las mismas en lugares alejados de los servicios médicos básicos, es que el presente trabajo tiene como objetivo caracterizar los tipos de lesiones más comunes en los pescadores deportivos cubanos y la aplicación de la Medicina Natural y Tradicional para tratar estas afecciones.

MATERIALES Y MÉTODOS

En la presente investigación, se realizó un estudio observacional descriptivo y longitudinal con el objetivo de caracterizar las lesiones más comunes y su tratamiento en los pescadores que participaron en los eventos nacionales de la Federación Cubana de Pesca Deportiva, en las modalidades de Spinning Marítimo, que tuvieron lugar entre los años 2015 y 2016.

Se utilizaron métodos del nivel teórico como: Histórico-lógico; Sistémico-estructural-funcional, así como del nivel empírico: análisis de documentos y la entrevista a pescadores deportivos y otros participantes en los eventos. Se aplicó una encuesta a 150 participantes que conformaron el universo de estudio y la muestra estuvo representada por los 95 pescadores que sufrieron algún tipo de lesión o accidente. Además, para la obtención de la información se realizaron entrevistas a lesionados y practicantes de la actividad, así como documentos médicos que reflejaron el tipo de tratamiento empleado. Este procedimiento facilitó determinar las lesiones y accidentes más frecuentes que se presentan en los pescadores que participan en eventos deportivos y la conducta médica indicada.

Con toda la información obtenida fueron confeccionadas tablas y gráficos, utilizando el programa Microsoft Office Excel, permitiendo el análisis de la información y su presentación. Como método matemático-estadístico se utilizó la estadística descriptiva (análisis porcentual y gráfico) al analizar el procesamiento de los datos.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la figura 1, aparece la distribución de los participantes según el sexo. El 98 % corresponde a los hombres, lo que coincide con otros estudios

nacionales e internacionales que plantean que la actividad de la pesca es una función social

mayoritariamente masculina. (Bessa, 2015).

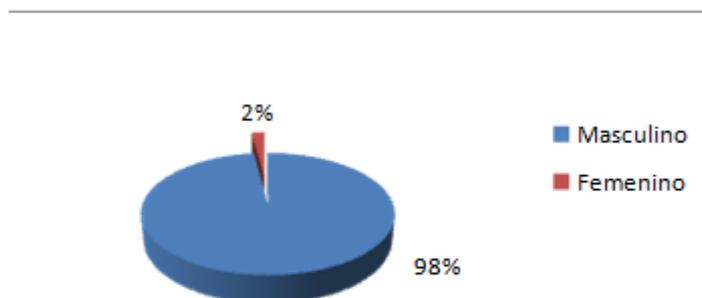


Fig. 1. Distribución según sexo.
Fuente: Encuestas.

Por su parte, en la tabla 1 está la distribución según las afecciones que aparecieron con mayor frecuencia en las personas entrevistadas donde se evidencia que el 54,7% de los participantes presentó algún tipo de lesión del aparato musculo

esquelético, coincidiendo con (Giorgetti, 2016), que en su artículo Enfermedades Profesionales del Personal Embarcado refiere que las lesiones más frecuentes son: la tendinitis de codo, los esguinces de muñeca y la sobrecarga muscular, tanto de trapecio como de lumbar.

Tabla 1. Distribución según afecciones más frecuentes.

Afecciones más frecuentes	No	%
Lesiones musculo esqueléticas	52	54.7
Lesiones de la piel	41	43.1
Lesiones oculares	2	2.1
Total	95	100

Fuente: Encuestas.

Aunque en la muestra estudiada no ocurrieron lesiones por descargas eléctricas, es importante señalar que las tormentas eléctricas son realmente peligrosas para un pescador deportivo debido a que la mayoría de las cañas con las que se pesca hoy en día, fabricadas en carbono, gran conductor de la electricidad y aunque suene un tanto

increíble, son ya varios los pescadores que han perdido la vida o han resultado malheridos debido a una descarga eléctrica producida por un rayo. De hecho, en las cañas se puede observar una advertencia a la altura de la empuñadura sobre los peligros de pescar bajo una tormenta eléctrica (Berend, 2013).

A su vez, en la figura 2 se muestra que el 55,7 % de los pescadores presentaron mialgias (dolores musculares) después de participar en los eventos deportivos. Estudios anteriores coinciden y encuentran que la causa parece ser que es el movimiento repetitivo que realiza el aficionado para que piquen los peces. Además, a todo esto, hay que sumarle que los pescadores suelen cargar con todo el equipo para no tener que volver a la orilla frecuentemente sin

afectados observándose una rápida mejoría de los síntomas. Otro de los medicamentos naturales usados fue la

distribuir el peso de forma equilibrada centrado en una zona concreta del cuerpo, algo que, a la larga, aumenta las posibilidades de sufrir una lesión (Berend, 2013). El jengibre es una raíz medicinal, su tintura es uno de los mejores antiinflamatorios naturales, muy adecuado también para tratar los procesos relacionados con el dolor articular (Kirschbaum, 2015), por tal motivo se utilizó en el 100 % de los pacientes

crema de sábila, teniendo una buena aceptación entre los afectados y viéndose un resultado positivo tras su aplicación.

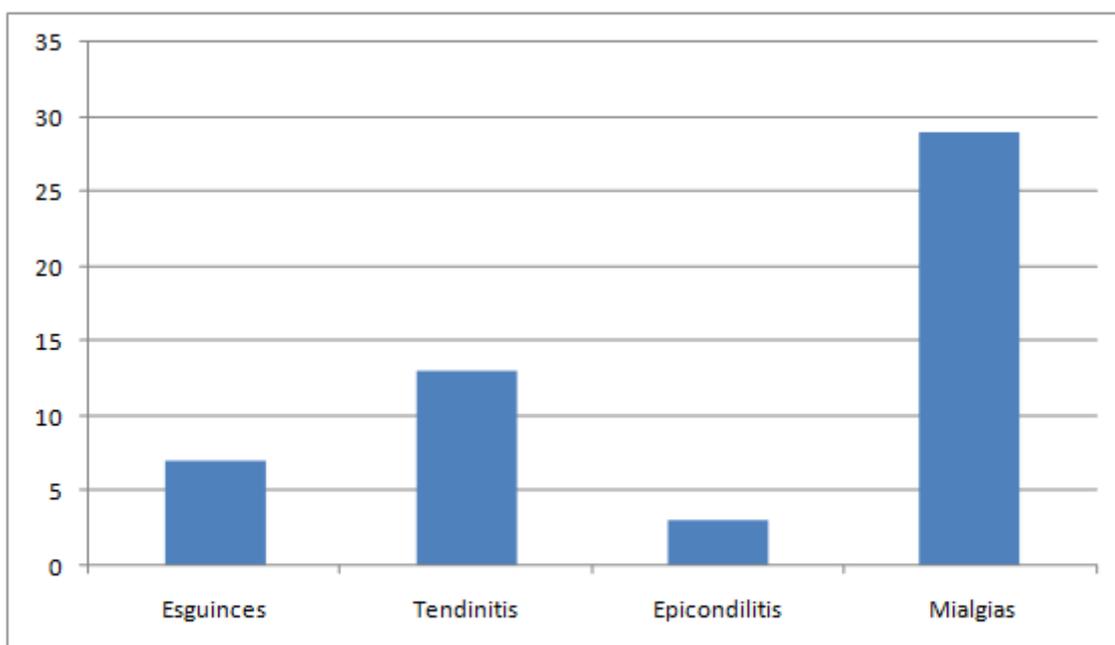


Fig. 2. Distribución de las lesiones musculo esqueléticas más frecuentes.

Fuente: Encuestas.

La *tendinitis* con un 24,5 % representa el segundo lugar entre las lesiones musculo esqueléticas más comunes en la muestra estudiada. Según el Licenciado Matías Pérez Bazán estas modalidades de pesca

comparten el hecho de que se realizan una gran cantidad de movimientos (lanzamientos) de velocidad, además de realizar la acción de sostener la caña, que ya de por si es un ejercicio (contracción isométrica) para el hombro y brazo. A lo largo de un día

de pesca pueden realizarse más de 300 movimientos (Pérez Bazan, 2012).

Otros tipos de lesiones frecuentes en la muestra estudiada son las dolencias en ligamentos como esguinces o roturas musculares, que se presentó en un 13,4 % de los pescadores. Según Carlos Montero los esguinces son más propios de un atleta que de un pescador pero que vienen producidas por caídas y resbalones, hechos muy comunes cuando se practica la pesca en escenarios agrestes como ríos o pantanos y no se tiene cuidado a la hora de caminar por orillas escarpadas o terrenos difíciles o se utiliza un calzado inadecuado (Montero, 2015).

La *epicondilitis* representó un 5,7 % de los lesionados; es un tipo de lesión muy propia de los pescadores, conocida también como codo de tenista y que se trata de un dolor en la cara externa del codo provocado por movimientos repetitivos de antebrazo y codo (Lago, 2017).

Las propiedades del ajo ayudan a reducir el dolor muscular de una forma muy eficiente: disminuye la cantidad de líquido que se acumula en las articulaciones lo que alivia la sensación de dolor, de esta forma reduce las inflamaciones de una forma muy poderosas (Kirschbaum, 2015).

Se aplicó la tintura de ajo en el grupo afectado por esguinces, epicondilitis y tendinitis, disminuyendo el dolor muscular en todos los pacientes y consiguiendo así la incorporación de los mismos en las siguientes jornadas de pescas.

En la figura 3, se muestra la distribución de las lesiones de la piel. Las infecciones de las manos y los pies ocupan el primer lugar, representando el 31.7 %. Estas se

producen porque los pescadores pueden pincharse e ingresar microorganismos procedentes del limo y tripas de pescado. Acorde con estudios anteriores el 85 % de los pescadores relataron accidentes en la pesca, las partes del cuerpo más afectadas fueron manos y brazos (65 %); pies y piernas (15 %); piernas y manos (10 %); dorso y cabeza (4 %); todo el cuerpo (3 %) (Bessa de Freitas y Alves, 2015).

En segundo lugar, se encuentran las infecciones de las estructuras profundas de las palmas (21.9 %), causadas por la propagación de una infección del tendón del meñique por un pinchazo profundo de la palma de las manos (Bessa de Freitas y Alves, 2015).

La manzanilla, cuyos aceites esenciales aportan beneficios a la piel y es utilizado para regenerarla, fue empleada en los pescadores que sufrieron afectaciones superficiales de la piel y sus resultados fueron satisfactorios evitando en muchos casos la infección que las pequeñas heridas pueden ocasionar.

Compartiendo el segundo lugar de las infecciones dérmicas están los *erispeloides* del pescado (21.9 %), esta se produce por pequeños pinchazos o abrasiones cutáneas causadas por huesos o aletas de pescado. La zona alrededor de la pequeña herida se inflama. Esta inflamación se extiende rápidamente y las lesiones reproducen exactamente una erisipela, aunque el edema no es tan marcado. La *linfangitis* y *linfadenitis* son a menudo características (González Rodríguez y García, 2015).

Los forúnculos de aguas saladas afectaron a un 19.5 % de la muestra estudiada. Estos son ocasionados por la arena y otras partículas que suben

por las redes causando minúsculas abrasiones [lesiones de pequeños puntos irritantes que pronto se convierten en pequeñas vesículas dolorosas en las muñecas y el dorso de la mano (González Rodríguez y García, 2015).

La miel por tener efectos antibacterianos y analgésicos⁶ fue usada en los pacientes afectados por forúnculos viéndose una notable

disminución de la inflamación y la infección de los tejidos. Otra enfermedad dérmica es la *dermatitis* por contacto que representa un 4.8 %, la cual está causada por un tipo de alga que crece en las aguas poco profundas o por partículas de pescado. Las partes afectadas aparecen pruriginosas, enrojecidas, edematosas y a menudo con excoriación (González Rodríguez y García, 2015).

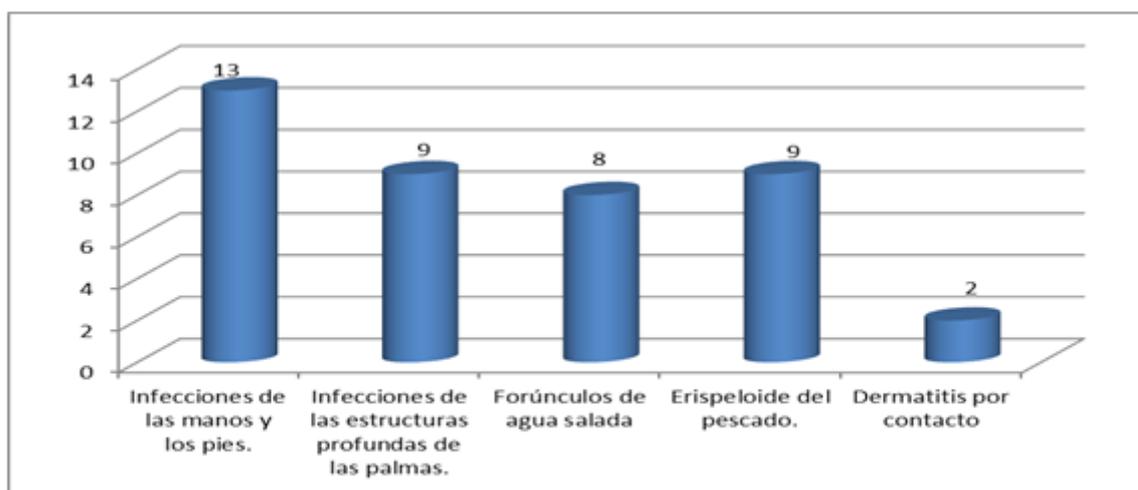


Fig. 3. Distribución de las lesiones de la piel.
Fuente: Encuestas.

El estudio realizado demostró que las lesiones más comunes ocurridas en los pescadores deportivos durante el desempeño de sus actividades son las lesiones musculo esqueléticas (54,7 %) y las lesiones de la piel (43,1 %),

reconociéndose que el uso de la medicina natural y tradicional, *in situ*, puede no solo aliviar y mejorar los síntomas producidos por estas afecciones, sino además prevenir complicaciones a corto, mediano y largo plazo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Berend, K. (2013). La pesca a mosca provoca las mismas lesiones

que el tenis y el golf. Retrieved from

- <http://www.cotodepezca.com/a-pesca-mosca-provoca-las-mismas-lesiones-que-el-tenis-y-el-golf/>
- Bessa de Freitas, M., & Alves, S. (2015). Determinantes sociais da saúde no processo de trabalho da pesca artesanal na Baía de Sepetiba, estado do Rio de Janeiro, 753–784.
- Giorgetti, O. (2016). Enfermedades Profesionales del Personal Embarcado. Retrieved from <http://www.monografias.com/trabajos36/enfermedades-embarcados/enfermedades-embarcados.shtml>
- González Rodríguez, M. M., & García, N. (2015). *Riesgos biológicos en la pesca marítima*. España: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT).
- Jaramillo, C. (2014). Ictiotoxicosis y otros bioriesgos asociados a la pesca y actividades acuáticas en ríos, lagunas, embalses, acuarios y acuacultivos. *Rev. Med. FCM-UCSG*, 18(2), 122–134.
- Kirschbaum, R. (2015). *10 antiinflamatorios naturales para tratar el dolor articular*. C.A.B.A, Argentina: Argentino S.A. Retrieved from https://www.clarin.com/salud/antiinflamatorios-naturales-tratar-dolor-articular_0_HJExPmgYDXe.html
- Lago, J. L. (2017). Prevención y tratamiento de accidentes y lesiones en la pesca deportiva. Retrieved from <http://periodistadepesca.blogspot.com/2017/03/prevencion-y-tratamiento-de-accidentes.html>
- Montero, C. (2015). Principales riesgos en la pesca deportiva. Retrieved from <http://www.cotodepezca.com/principales-riesgos-en-la-pesca-deportiva/>
- Pérez Bazan, M. (2012). Lesiones relacionadas con la pesca. Retrieved from <http://blog.pezcalandia.com.ar/2012/05/lesiones-relacionadas-con-la-pesca.html>
- Valladares, S. (2016). Pesca en Cuba. Retrieved from <https://www.visitarcuba.org/pesca-en-cuba>