

El Rugby



Se dice que el rugby nació, al parecer en 1832 cuando el estudiante William Webb, durante el transcurso de un partido de fútbol cogió el balón con las manos y corrió hasta el campo contrario, pero nace oficialmente en 1846.

El Rugby es un deporte de equipo, de lucha y contacto donde prima la coordinación de todos sus componentes al realizar jugadas ofensivas o defensivas con el fin de conseguir el mayor nº de ensayos y transformaciones, Es una actividad completa donde se salta , se corre , se empuja , se patea , se realizan pases de mano , buscando en todo momento la posesión del balón y su liberación para avanzar hacia la línea de marca.

El juego se inicia con fases estáticas(melés , touches, y patadas al balón) seguido de fases dinámicas (carreras, placajes rucks , drops .)

La antropometría y características físicas de los jugadores es variadas donde caben deportistas diversos, altos y fuertes, potentes, rápidos, resistentes , ágiles, saltadores etc...

Lesiones:

Como deporte de contacto y con gran abanico de gestos según la demarcación del jugador y las diferentes fases del juego, se produce una numerosa y variada patología traumática.

Casi el 50 % de los jugadores pueden sufrir una pequeña lesión por encuentro y puede sufrir una patología de más repercusión cada 9-10 partidos.

Los delanteros se lesionan más frecuentemente en miembros superiores raquis cervical y cara. La línea de tres cuartos las lesiones son menos frecuentes pero más graves y casi siempre en la extremidad inferior.



Este juego de “villanos practicado por caballeros” no es tan lesivo como se podría pensar, la buena preparación física de los Rugbyman, el juego limpio y unas normas que jugadores, árbitros y entrenadores fomentan y cumplen consiguen unos minutos de diversión que acaban en el famoso 3º tiempo dónde se liman todas las posibles asperezas del partido.

El médico deportivo es un aliado más del deportista y el entrenador para practicar de forma más segura y saludable esta actividad

Bibliografía: Archivos de Medicina del Deporte Vol . VI nº 22, autores Dr Ayerra Iñaki y Ana Ayerra INEF.