**Fracturas en el ámbito deportivo no profesional**

**Pregunta de investigación:** ¿Cuál es el proceso físico que se lleva a cabo al ocurrir una fractura?

**Objetivo general:** Describir el proceso físico de las fracturas en el ámbito deportivo y determinar si se pueden prevenir.

**Objetivos específicos**

* Definir qué son las fracturas y qué tipos hay.
* Investigar cuáles son las condiciones físicas que las causan.
* Evaluar si las fracturas se pueden prevenir y de qué manera.

**Justificación:**

Las fracturas en el deporte son un tema relevante ya que no estamos exentos de padecerlas. Es importante saber del tema y estar informados sobre qué se debe hacer en caso de sufrir alguna lesión, así como de conocer métodos para evitar fracturarse, ya que esto puede afectar el desempeño en el ámbito deportivo.

El tema se relaciona con estudios orientados a la prevención de fracturas, siendo una de las lesiones más comunes en cualquier aspecto y de singular importancia en el ámbito deportivo. Los estudios previos en la materia abordan las lesiones de este tipo en cuanto a su frecuencia, gravedad y partes del cuerpo afectadas. En el estudio por realizar, buscamos aportar una visión revisada que tome en cuenta los cambios de estilo de vida, es decir, los hábitos alimenticios y la poca actividad física que llevan a sobrepeso y debilidad corporal, lo que aumenta la frecuencia y gravedad de las lesiones.

En las implicaciones teóricas encontraríamos la influencia de los aspectos nutricionales en el estado físico, así como la influencia de la actividad física en la condición de los sistemas orgánicos (como el muscular y óseo). De esta manera se puede conocer de qué forma ocurren las lesiones e incluso qué partes del cuerpo se ven afectadas. Nos sería de utilidad la revisión de algunos estudios de nuestra comprensión en los campos de anatomía y osteología.

En las implicaciones prácticas se requerirá de un conocimiento básico sobre cómo la nutrición, el deporte, la composición de los huesos y el estado físico de las personas pueden aumentar (o disminuir) la propensión a las fracturas. La teoría será útil para que evaluemos si se puede prevenir este tipo de lesiones, y la práctica para llevar a cabo los cuidados correspondientes.

Centro Educativo Jean Piaget

**Fracturas en el ámbito deportivo no profesional**

Grupo 4010

Taller de Metodología de la Investigación

4010

16 de noviembre de 2018