

Algunos aspectos médicos de la natación moderna

DR. A. DZIAK.
(Polonia).

En el deporte de competición, el estándar de los récords de los jóvenes atletas ha ido creciendo durante el curso de los años, a juzgar por los resultados obtenidos en los diferentes deportes. Los tiempos y los récords se han ido reduciendo y batiendo por más largos o más cortos intervalos.

Además, en el caso particular y evidente de los nadadores de alta categoría, los resultados topes se alcanzan generalmente a una edad más avanzada que ahora, que normalmente se alcanzan en edades tempranas. En realidad, un gran número de récords mundiales han sido netamente superados por los nadadores de 15 a 16 años.

Se presume que varios factores contribuyen a tales resultados topes alcanzados, como he dicho anteriormente, por nadadores de edades más maduras. Así, el estado de salud de los niños y jóvenes ha mejorado durante estos últimos 50 años y la mortalidad infantil ha ido decreciendo. El cuerpo se desarrolla de una forma más continua y acelerada. Así la estatura media demuestra un aumento a diferentes edades, y la pubertad se revela antes.

Hay, no obstante, una razón para presumir de que un cambio en los métodos de entrenamiento haya jugado el decisivo papel. El entrenamiento es incomparablemente más duro que antes, y se efectúa de una forma más sistemática. No sólo el tiempo que se le dedica ha ido aumentando, sino también su intensidad. El entrenamiento de nadadores, hombres y mujeres, durante la pre-pubertad, ha dado unos sorprendentes resultados. Esto puede, posiblemente, ser atribuido al hecho de que es más fácil estimular a unos jóvenes para que tomen parte en un programa duro, antes de que hayan empezado a encauzar su vida. Es por lo tanto acto de fe, en natación, que para obtener óptimos resultados en los entrenamientos, éstos deben iniciarse en edad temprana.

Precisamente por los métodos aplicados en la preparación atlética de hombres y mujeres, los

entrenamientos de la natación son de interés, no solamente desde el punto de vista médico, sino desde el punto de vista pediátrico, de lo que se derivan las preguntas siguientes:

¿Cuáles son los efectos del sistema de entrenamiento unificado, físico y mental, de gran intensidad en los chicos y chicas de tempranas edades en el momento que están sufriendo un rápido desarrollo precoz mental?

¿Puede esto, ser nocivo para el desarrollo de la salud del individuo, y, por otra parte, cuál es la explicación fisiológica de los excelentes resultados obtenidos a tales edades?



La natación moderna es un deporte duro, en el que cada vez más, los chicos jóvenes están ilusionados e influidos a practicarla, por lo que un cuidadoso control pediátrico es imprescindible. Es más adelante cuando el papel de los entrenadores adquiere tanta importancia, como la de los padres y educadores. Sin embargo, los chicos y chicas son muy influenciados durante la pubertad y adolescencia, por lo que a pesar de ser entrenados duramente, pueden no dar buenos resultados, debido a resabios en su educación.

En los traumatismos

Tanderil® Geigy

antiinflamatorio, analgésico



desarrolla un potente efecto analgésico

reduce a la mitad el tiempo de tratamiento

ofrece el 95% de éxitos

Presentación y P.V.P.:

Envase con 30 grageas. 81'40 ptas

Envase con 15 supositorios de 250 mg, para adultos. 149' - ptas.

Envase con 10 supositorios de 250 mg, para adultos. 100'60 ptas.

Envase con 5 supositorios de 250 mg, para adultos. 55' - ptas.

Envase con 10 supositorios de 100 mg, para niños. 66'40 ptas.

Envase con 5 supositorios de 100 mg, para niños. 36'40 ptas.

Información más amplia en el folleto especial



Geigy Sociedad Anónima • Apartado 1628 • Barcelona