


Disposición sagital del raquis e inclinación pélvica en kayakistas de categoría cadete

López-Miñarro, P. A., Muyor, J. M., y Alacid, F.

Introducción. La adopción de posturas específicas a una práctica deportiva concreta, así como la repetición sistemática de determinados gestos técnicos, pueden influir en la disposición sagital del raquis. Diversos estudios han analizado el morfotipo raquídeo en deportistas de diversas disciplinas, entre ellas el piragüismo, encontrando adaptaciones específicas que relacionan con las características del deporte, pero sin valorar la postura del raquis durante los gestos técnicos específicos del deporte. Por todo ello, el objetivo de este estudio fue determinar la disposición sagital del raquis y de la pelvis en bipedestación y al palear en la piragua, en kayakistas de categoría cadete.

Material y métodos. A 27 kayakistas de categoría cadete (media de edad: $15,05 \pm 0,59$ años) se les valoró, mediante un Spinal Mouse, la disposición sagital de las curvas torácica y lumbar, así como la inclinación pélvica en las posiciones de bipedestación relajada, flexión máxima del tronco en sedentación con rodillas flexionadas y sentados en su kayak al realizar la fase de ataque con la pala por su lado dominante. Para realizar las mediciones se colocó el Spinal Mouse al inicio de la curva torácica (T_1) y se desplazó suavemente en sentido caudal sobre las diferentes apófisis espinosas del raquis hasta la tercera vértebra sacra. Tras la determinación de la normalidad de la muestra mediante el test de Shapiro-Wilk, se realizó un ANOVA de un factor con objeto de determinar si existían diferencias significativas entre las tres posturas analizadas. Si se encontraban diferencias significativas para el efecto principal del ANOVA se realizó un análisis *post hoc* de Tukey.

Resultados. Los valores angulares medios para la postura de bipedestación y en la piragua se presentan en la figura 1. Los valores medios de las curvas torácica y lumbar en la posición de flexión máxima del tronco con rodillas flexionadas fueron de $67,03 \pm 9,16^\circ$ y $37,37 \pm 6,30^\circ$, respectivamente. Tomando como referencia estos valores, la posición del raquis torácico en la piragua correspondió a un 49,49% de su máxima flexión, y a un 40,77% de la máxima flexión del raquis lumbar.

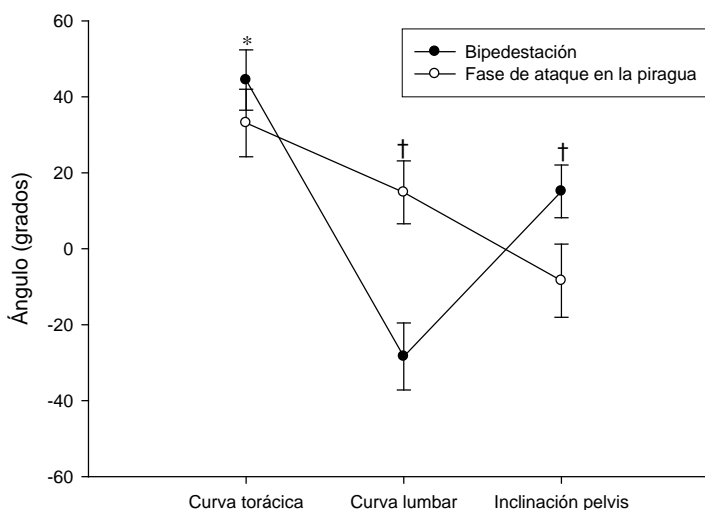


Figura 1. Valores medios (\pm desviación típica) de las curvas torácica y lumbar e inclinación pélvica en las posiciones de bipedestación y fase de ataque en la piragua. * $p < 0,05$; † $p < 0,001$ entre ambas posiciones.

Conclusiones. La disposición sagital del raquis de los kayakistas, en la posición de paleo en su piragua, se caracteriza por una disminución de la cifosis torácica, mientras que la curva lumbar se dispone en inversión y la pelvis en retroversión. La tendencia al morfotipo cifótico torácico en bipedestación de los piragüistas no puede estar relacionada, directamente, con su postura en la piragua. Además, a pesar de que los kayakistas mantienen una postura de inversión lumbar y retroversión pélvica en la piragua, su lordosis lumbar e inclinación pélvica en bipedestación se encuentran en valores de normalidad.

Palabras clave (máximo 3): columna vertebral, deporte, postura.