

**Enric Subirats, doctor del hospital de Puigcerdà, evidencia con un estudio las ventajas de la protección. Para los esquiadores, el uso del casco en las estaciones será un hábito normal cada vez más, y quizás obligatorio, como sucedió hace unos cuantos años para los motociclistas.**

Y más después de hacerse públicos los primeros **resultados de un estudio** que lleva a cabo el doctor en traumatología del hospital de Puigcerdà y jefe de medicina de [Masella](#), **Enric Subirats**, sobre los accidentados en las pistas de esquí. Según desprende el análisis, el uso del casco **reduce** entre el 70% y el 85% el riesgo de sufrir lesiones graves en caso de choques o accidentes. Estas lesiones consideradas graves y que son las que dejan más secuelas irreversibles son las que afectan, precisamente, la cabeza.

El estudio recibe el nombre de '*Snowboarding injuries*' y se han presentado algunos datos en el Congreso Mundial de Medicina del Deporte, esperando que se publique íntegramente en medios médicos especializados del ámbito internacional, según explicó Subirats. En el estudio, que es uno de **los más reconocidos a escala internacional**, también participa la Universidad de Girona. Subirats espera que durante los próximos meses se pueda hacer público todo el informe. De momento, ya se pueden dar a conocer algunas de las principales conclusiones.

Enric Subirats lleva a cabo el estudio **desde hace cinco años** con las estadísticas de los accidentados de la misma estación de **Masella**, para la que trabaja, y los que llegan al servicio de urgencias del hospital de Puigcerdà, provenientes de la **veintena de estaciones de esquí** de toda la Cerdaña y el Capcir. Después de analizar unos **9.000 casos** (unos 1.800 cada temporada), el trabajo constata que el casco puede aumentar la seguridad en las pistas hasta ese 85%, ya que desde el uso de esta protección se han reducido en este porcentaje los casos de **traumatismo craneoencefálico grave** diagnosticado, según ha dicho Subirats.

Igualmente, el análisis fija que los esquiadores ingresados en el hospital de Puigcerdà, el 65% no llevaban casco y **el 45% sí lo llevaban**, un porcentaje que es aún más rotundo entre los practicantes del snowboard: el **62%** de los snowboarders accidentados no llevaba casco. Estos porcentajes constatan que la mayor parte de los accidentados con lesiones graves no utilizaban la protección.

El doctor Subirats, responsable del curso internacional de medicina de montaña que anualmente se organiza en la Cerdanya, ha considerado que el **uso del casco** ya debería estar más extendido entre los esquiadores y ha apuntado que durante los próximos años se acabará de consolidar. De hecho, por ejemplo, todos los niños de los centros Cerdanya que hacen esquí escolar lo utilizan **obligatoriamente**. En este sentido, las recomendaciones de la Federación Catalana de Deportes de Invierno, que lleva a cabo en las estaciones la campaña Con el casco como los campeones, avisan de que el uso del casco reduce en el 90% de la energía que recibe la cabeza en un impacto a una velocidad de 15 kilómetros por hora. Todas las estaciones **recomiendan** a sus clientes que se pongan casco.

**La rotura de ligamentos de rodillas es la lesión más habitual** Con el **15% del total**, la lesión más usual en las pistas es la de ligamentos de las rodillas. El estudio que ha hecho el doctor Enric Subirats también pone de relieve cuáles son las lesiones principales que sufren los aficionados al esquí.

El análisis destaca que la gran mayoría de los accidentes no provocan lesiones graves a los esquiadores, sino **traumatismos o lesiones internas** de carácter leve.

Así, más allá de las lesiones que afectan la cabeza y que sí que derivan en problemas médicamente complicados, la mayor parte de las problemáticas afectan a la mitad inferior del cuerpo, que es la más expuesta en la actividad del esquí. Según ha explicado el propio doctor, las lesiones más usuales son las que afectan las **rodillas**, ya sea en forma de esguinces o roturas de ligamentos. **El 14,7%** del total de las lesiones son de este tipo.

La segunda lesión más importante es la que afecta el **dedo pulgar del pie**, con un porcentaje del **7,8%** respecto al global de las lesiones. El dedo gordo del pie a menudo es el que sufre la carga del peso corporal cuando se producen caídas o choques. Enric Subirats también ha explicado que estas afectaciones son graves pero se pueden curar con un tiempo de tratamiento, pero ha remarcado que las verdaderamente peligrosas y con riesgo de dejar secuelas son las que afectan la **cabeza**, por lo que ha reiterado el consejo de utilizar casco.