

Sindromi prenaprezanja kod sportašica

Alan Ivković, Miljenko Franić, Ivan Bojanić, Marko Pećina

CMJ 2007;48:767-78

U posljednja tri desetljeća znatno se povećao broj žena koje se natječu u sportskim aktivnostima na svim razinama. Povećano sudjelovanje žena je dovelo i do povećanog rizika od ozljeda, bilo akutno-traumatskih bilo onih uzrokovanih prenaprežanjem. Ozljede izazvane prenaprežanjem definiraju se kao neravnoteža izazvana preintenzivnim treniranjem bez odgovarajućeg odmora, što s vremenom dovodi do prestanka rada mehanizama za reparaciju tkiva. Ovaj članak daje pregled najčešćih ozljeda izazvanih prenaprežanjem kod sportašica, s posebnim naglaskom na anatomske, fiziološke i psihološke razlike među spolovima.