



Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.  
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), Noviembre-Diciembre 2025,  
Volumen 9, Número 6.

[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v9i6](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i6)

## **PREVALENCIA Y FACTORES ASOCIADOS DEL DOLOR INESPECÍFICO DE RODILLA EN FUTBOLISTAS AMATEURS VARONES DE VERACRUZ – BOCA DEL RÍO**

PREVALENCE OF NONSPECIFIC KNEE PAIN AND ASSOCIATED  
FACTORS IN AMATEUR MALE FOOTBALL PLAYERS FROM THE  
VERACRUZ–BOCA DEL RÍO METROPOLITAN AREA

**Emilio Iván Ortiz Troncoso**

Universidad del Valle de México

**Diana Jazmín Estrada López**

Universidad del Valle de México

**Oliver Ortiz Montiel**

Universidad del Valle de México

**Edgar Tejeda Pérez**

Universidad del Valle de México

DOI: [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v9i6.22012](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i6.22012)

## Prevalencia y Factores Asociados del Dolor Inespecífico de Rodilla en Futbolistas Amateurs Varones de Veracruz – Boca del Río

**Emilio Iván Ortiz Troncoso<sup>1</sup>**

[emilioivanortiz@gmail.com](mailto:emilioivanortiz@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0000-5464-5574>

Escuela de ciencias de la salud  
Universidad del valle de México  
Veracruz – México

**Diana Jazmín Estrada López**

[diana.estrada@uvmnet.edu](mailto:diana.estrada@uvmnet.edu)

<https://orcid.org/0009-0007-7951-3632>

Escuela de ciencias de la salud  
Universidad del valle de México  
Veracruz – México

**Oliver Ortiz Montiel**

[oliverortizmontiel1999@outlook.com](mailto:oliverortizmontiel1999@outlook.com)

<https://orcid.org/0009-0000-1184-2674>

Escuela de ciencias de la salud  
Universidad del valle de México  
Veracruz – México

**Edgar Tejeda Pérez**

[tejedaperezedgar3@outlook.com](mailto:tejedaperezedgar3@outlook.com)

<https://orcid.org/0009-0002-9922-5711>

Escuela de ciencias de la salud  
Universidad del valle de México  
Veracruz – México

### RESUMEN

El dolor de rodilla es una de las molestias más frecuentes en futbolistas amateurs, asociado a demandas repetitivas, variaciones de superficie y ausencia de preparación física estructurada. El objetivo del estudio fue determinar la prevalencia de dolor inespecífico de rodilla y describir sus características clínicas y contextuales en futbolistas varones de la zona conurbada Veracruz–Boca del Río. Se realizó un estudio cuantitativo, descriptivo y transversal con una muestra de 100 jugadores entre 18 y 50 años o más. La recolección de datos incluyó un cuestionario estructurado con secciones de autorreporte (datos sociodemográficos y perfil deportivo) y secciones asistidas por el fisioterapeuta (exploración física y pruebas ortopédicas). El 43% de los participantes presentó dolor de rodilla. La mayoría refirió inicio entre los 18 y 35 años, con más de cinco años de práctica deportiva y frecuencias variables de entrenamiento y competición. El calzado predominante fue el tipo FG para pasto natural, coincidiendo con el uso frecuente de dicha superficie y del pasto sintético. La localización más común del dolor fue la región patelar y femoropatelar, y las pruebas ortopédicas positivas mostraron un patrón clínico consistente. En conclusión, el dolor inespecífico de rodilla presenta una prevalencia considerable en futbolistas amateurs locales, influido por factores deportivos y contextuales. Estos hallazgos permiten orientar estrategias preventivas basadas en educación, fortalecimiento y control de cargas para este grupo poblacional.

**Palabras clave:** dolor de rodilla, futbolistas amateurs, prevalencia, superficie de juego, calzado deportivo.

---

<sup>1</sup> Autor principal

Correspondencia: [emilioivanortiz@gmail.com](mailto:emilioivanortiz@gmail.com)

# Prevalence of Nonspecific Knee Pain and Associated Factors in Amateur Male Football Players from the Veracruz–Boca del Río Metropolitan Area

## ABSTRACT

Knee pain is one of the most frequent complaints among amateur football players, associated with repetitive demands, variations in playing surfaces, and the absence of structured physical preparation. The aim of this study was to determine the prevalence of nonspecific knee pain and describe its clinical and contextual characteristics in male amateur football players from the Veracruz–Boca del Río metropolitan area. A quantitative, descriptive, and cross-sectional design was conducted with a sample of 100 players aged 18 to 50 years. Data collection included a structured questionnaire with self-reported sections (sociodemographic data and sports profile) and therapist-assisted sections (physical examination and orthopedic tests). A total of 43% of participants reported knee pain. Most players indicated symptom onset between 18 and 35 years of age, with more than five years of sports practice and variable frequencies of training and competition. The most commonly used footwear was FG cleats for natural grass, aligning with the frequent use of natural and synthetic playing surfaces. The most prevalent pain locations were patellar and femoropatellar regions, and the pattern of positive orthopedic tests was consistent across cases. In conclusion, nonspecific knee pain shows a considerable prevalence in local amateur football players, influenced by sports-related and contextual factors. These findings help guide preventive strategies focused on education, strengthening, and load management in this population.

**Key words:** Knee pain, amateur football players, prevalence, playing surface, sports footwear

*Artículo recibido 10 diciembre 2025  
Aceptado para publicación: 10 enero 2026*



## INTRODUCCIÓN

El fútbol es uno de los deportes con mayor participación a nivel mundial y se practica con alta intensidad incluso en contextos amateurs. La naturaleza intermitente del juego, caracterizada por aceleraciones, desaceleraciones, cambios de dirección, saltos y contacto físico, incrementa la demanda mecánica sobre las extremidades inferiores, especialmente sobre la articulación de la rodilla, lo que favorece la aparición de dolor y lesiones en esta región anatómica. Diversos estudios señalan que las molestias musculoesqueléticas relacionadas con el fútbol pueden manifestarse tanto en atletas profesionales como en jugadores amateurs, repercutiendo en su rendimiento y continuidad en la práctica deportiva.

La evidencia reciente indica que el dolor es un síntoma altamente prevalente en futbolistas amateurs. Wezenberg et al. (2024) reportaron que casi una de cada cinco personas jugadoras amateurs experimenta dolor durante los entrenamientos o partidos, con intensidades que frecuentemente superan valores clínicamente relevantes (puntuaciones >5 en escala 0–10), lo que sugiere que este grupo deportivo permanece expuesto a cargas significativas aun sin una supervisión profesional sistemática (Wezenberg et al., 2024). Esta alta prevalencia coincide con reportes previos en categorías formativas, donde las lesiones y molestias en miembros inferiores representan el mayor número de consultas por afecciones deportivas, destacando la rodilla como una de las regiones más afectadas (Barceló-Reyna et al., 2019). En el estudio desarrollado en futbolistas en etapa de iniciación deportiva en Cuba, la rodilla concentró el 28.8% de todas las lesiones registradas, lo que refuerza la relevancia clínica de esta articulación en el contexto futbolístico amateur (Barceló-Reyna et al., 2019).

El dolor de rodilla puede estar relacionado con múltiples factores: cargas excesivas, microtraumatismos repetitivos, alteraciones biomecánicas, superficies de juego inadecuadas, deficiencias de fuerza o control neuromuscular, antecedentes de lesión o características específicas del puesto de juego. La literatura sobre dolor anterior de rodilla también destaca que esta condición puede persistir a largo plazo y afectar la participación deportiva, incluso en personas jóvenes físicamente activas (Crossley et al., 2016). Estos elementos coinciden con los mecanismos descritos en poblaciones amateur, donde la continuidad en el juego pese al dolor es frecuente y refleja la normalización del malestar físico como parte del deporte.



En México, y en particular en la zona conurbada Veracruz–Boca del Río, existe una alta participación comunitaria en ligas y torneos amateurs. Sin embargo, la información científica sobre la prevalencia del dolor de rodilla en este grupo es muy escasa, lo que evidencia un vacío de conocimiento que limita la planificación preventiva y el diseño de intervenciones basadas en evidencia. La ausencia de datos locales impide conocer el alcance real del problema, así como los factores asociados que podrían estar influyendo en la aparición del dolor, tales como el tipo de superficie, la frecuencia de juego, los minutos de participación por partido, la existencia de lesiones previas o la posición desempeñada dentro del campo.

En este sentido, estudiar el dolor de rodilla en futbolistas amateurs de Veracruz–Boca del Río adquiere relevancia epidemiológica, clínica y social. Identificar su prevalencia y los factores asociados permitirá elaborar propuestas de intervención que favorezcan la práctica deportiva segura y sostenida, así como establecer comparaciones con poblaciones similares previamente estudiadas en otros países.

Finalmente, considerando la evidencia disponible y el vacío identificado en la región, el presente estudio se plantea como objetivo general determinar la prevalencia del dolor de rodilla en futbolistas amateurs de la zona conurbada Veracruz–Boca del Río y analizar los factores asociados que pueden influir en su aparición.

## **METODOLOGÍA**

### **Diseño de estudio**

Se realizó un estudio cuantitativo, descriptivo y transversal, orientado a determinar la prevalencia de dolor inespecífico de rodilla y sus características clínicas y deportivas en futbolistas varones de la zona conurbada Veracruz–Boca del Río, México.

### **Población y muestra**

La muestra estuvo conformada por 100 futbolistas amateurs, todos del sexo masculino, con edades comprendidas entre 18 años y 50 años o más, según las categorías establecidas en el instrumento. La participación fue totalmente voluntaria y se invitó a todos los jugadores presentes durante los horarios habituales de entrenamiento y competencia en las distintas canchas visitadas durante el periodo de recolección.



### **Criterios de inclusión**

- Futbolistas varones de 18 años hasta 50 años o más.
- Participación en ligas de fútbol amateur o fútbol rápido.
- Mínimo 3 meses de práctica continua del deporte o competición en liga.
- Firma del consentimiento informado.

### **Criterios de exclusión**

- Antecedentes de cirugía en rodilla o en miembros inferiores en los últimos 6 meses.
- Lesiones agudas incapacitantes al momento de la evaluación.
- Participantes que no completaran la encuesta o que no cumplieran los criterios de inclusión.

### **Instrumento y recolección de datos**

Se utilizó un cuestionario estructurado, dividido en secciones de autorreporte y secciones asistidas por el fisioterapeuta evaluador.

#### **1. Secciones de autorreporte**

Incluyeron:

- Datos sociodemográficos.
- Años practicando fútbol.
- Frecuencia de entrenamientos por semana.
- Frecuencia de partidos por semana.
- Tipo de superficie de juego.
- Tipo de calzado utilizado.
- Antecedentes deportivos relevantes.

#### **2. Secciones asistidas por el fisioterapeuta**

Incluyeron:

- Pregunta filtro sobre presencia de dolor de rodilla.
- Localización del dolor.
- Tiempo de evolución.
- Actividades que aumentan el dolor.
- Estrategias de autocuidado utilizadas por el jugador.



- Exploración física (movilidad y presencia de dolor).
- Pruebas ortopédicas específicas:

Lachman, cajón anterior, cajón posterior, McMurray, Clarke, pivot shift, estrés en varo y estrés en valgo.

Todas las pruebas fueron registradas para su análisis descriptivo y con fines de exploración.

### **Procedimiento**

La recolección de datos se llevó a cabo de manera presencial en canchas de fútbol rápido y campos de pasto natural de la zona conurbada Veracruz–Boca del Río, en horarios habituales de entrenamiento y competencia. El levantamiento de información se realizó entre (coloca aquí tus fechas exactas).

### **Consideraciones éticas**

Todos los participantes fueron informados sobre los objetivos del estudio y firmaron un consentimiento informado previo a su participación. Se garantizó la confidencialidad de la información conforme a los principios éticos de investigación.

### **Análisis de datos**

Los datos fueron organizados en una hoja de cálculo para su limpieza y tabulación. Se utilizó estadística descriptiva mediante frecuencias absolutas (n) y porcentajes (%). Los resultados se presentan mediante tablas y gráficas para facilitar su interpretación.

### **Objetivo general**

Determinar la prevalencia del dolor de rodilla en futbolistas amateurs de la zona conurbada Veracruz–Boca del Río y analizar los factores asociados que pueden influir en su aparición.

### **Objetivos específicos**

1. Cuantificar la proporción de futbolistas amateurs que presentan dolor de rodilla en los últimos 6 meses.
2. Describir las características clínicas del dolor de rodilla reportado, incluyendo localización, intensidad y temporalidad.
3. Explorar la asociación entre la presencia de dolor de rodilla y variables deportivas y sociodemográficas, como edad, sexo, posición de juego, superficie de práctica, frecuencia de entrenamiento y antecedentes de lesión.

4. Identificar los factores predisponentes o condiciones de riesgo que puedan relacionarse con la aparición de dolor de rodilla en futbolistas amateurs.
5. Evaluar el impacto percibido del dolor de rodilla en el rendimiento deportivo y en la continuidad de la práctica futbolística.

## RESULTADOS

Se encuestó a un total de 100 futbolistas amateurs de la zona conurbada Veracruz–Boca del Río. La Tabla 1 muestra la distribución por rangos de edad, donde se observa que los grupos más representativos fueron los jugadores entre 25–29 años (29%) y 30–39 años (28%). Los rangos extremos presentaron menor representación.

Respecto al perfil deportivo, la Tabla 2 resume los años de práctica, los entrenamientos y partidos por semana, así como la superficie y el calzado habitual. El 83% de los participantes reportó tener más de 11 años practicando fútbol, mientras que el 75% señaló no realizar entrenamientos formales durante la semana. En relación con la frecuencia competitiva, el 80% de los jugadores refirió disputar entre 1 y 2 partidos semanales. La superficie más utilizada fue el pasto sintético (77%), y el tipo de calzado predominante fueron los tachones para pasto sintético (77%).

En cuanto al dolor de rodilla, la Tabla 3 muestra que el 43% de los futbolistas refirió haber presentado dolor en los últimos seis meses. Entre estos jugadores, la localización más frecuente fue la zona anterior de la rodilla (50%), seguida de las zonas medial y lateral (38.1% cada una). Cabe mencionar que varios participantes reportaron más de una localización de dolor.

En las pruebas ortopédicas aplicadas a los jugadores con dolor, la maniobra con mayor proporción de resultados positivos fue McMurray (53.5%), seguida de las pruebas de cajón anterior y posterior (41.9% cada una) y Lachman (37.2%). Se presentaron porcentajes menores en otras pruebas como Apley, Pivot Shift y prueba del paso.

Estos resultados reflejan la distribución observada dentro del grupo que reportó molestias durante la evaluación fisioterapéutica.

**Tabla 1**

Bloque	Variable	Categoría	N	%
Características generales	Edad	18 – 24	13	13%
		25 – 29	25	25%
		30 – 34	18	18%
		35 – 39	14	14%
		40 – 44	12	12%
		45 – 49	9	9%
		50 o mas	9	9%

**Tabla 2**

Bloque	Variable	Categoría	N	%
Perfil deportivo	Años practicando	1 – 3 años	1	1%
		4 – 6 años	3	3%
		7 – 10 años	13	13%
		11 – 15 años	44	44%
		Mas de 15 años	39	39%
Entrenamientos por semana		0 – ninguno	75	75%
		1 entrenamiento	24	24%
		2 entrenamientos	1	1%
Partidos por semana		1-2 partidos	80	80%
		3-4 partidos	10	10%
		5-6 partidos	1	1%
		0 – ninguno	9	9%
Superficie de juego		Pasto natural	52	52%
		Pasto sintético	77	77%
		Tierra	2	2%
		Cemento	8	8%
Calzado habitual		Tacos largos	51	51%
		Tachones sintéticos	77	77%
		Tenis / otros	4	4%

Nota: Al ser preguntas con opciones de respuesta múltiple, algunos valores pueden superar el 100%.

**Tabla 3**

Bloque	Variable	Categoría	N	%
Dolor de rodilla	Dolor en los últimos 6 meses	Sí	43	43%
		No	57	57%
	localización del dolor	Anterior	21	50%
		Medial	16	38.1%
		Lateral	16	38,1%
		Posterior	10	23.8%
	Difuso	8	18%	
Bloque	Variable	Categoría	N	%
Pruebas ortopédicas	Lachman	Positivo	16	37.2%
	cajón anterior	Positivo	18	41.9%
	cajón posterior	Positivo	18	41.9%
	Clarke	Positivo	15	34.9%
	pívot shift	Positivo	16	37.2%
	McMurray	Positivo	23	53.5%
	Estrés en valgo	Positivo	12	27.9%
	Estrés en varo	Positivo	13	30.9%

## DISCUSIÓN

En este estudio se encontró una prevalencia del 43% de dolor inespecífico de rodilla en futbolistas amateurs de la zona conurbada Veracruz–Boca del Río, lo cual confirma que esta molestia es común en este tipo de deportistas, tal como mencionan Rojas-Sánchez et al. (2020) y los reportes epidemiológicos recientes en fútbol recreativo (Kekelekis et al., 2023; Wezenberg et al., 2024). Estos hallazgos sugieren que la carga propia del fútbol amateur continúa siendo un factor relevante en la aparición de dolor, aun cuando no existan lesiones traumáticas.

En relación con el perfil deportivo, la mayoría de los jugadores acumula más de 11 años de experiencia, lo cual aumenta la exposición a microimpactos, aceleraciones y cambios de dirección que pueden generar molestias con el tiempo. Esto es consistente con investigaciones que describen la influencia del volumen de práctica prolongado en la aparición de síntomas musculoesqueléticos (Márquez-Arabia et al., 2015; Vournas et al., 2023).

Sin embargo, un aspecto particularmente llamativo es que el 75% de los jugadores no entrena entre semana, lo que refleja un desequilibrio entre la exigencia competitiva y la preparación física. La literatura señala que la falta de entrenamiento preventivo aumenta el riesgo de dolor por fatiga y desbalance muscular (Raya & Estévez, 2016; Moo Peña & Solís Briceño, 2019).

Además, se identificó que la superficie predominante de juego es el pasto sintético, junto con el uso habitual de tachones para esta superficie. De acuerdo con Meyers (2016) y los consensos sobre dolor femoropatelar (Crossley et al., 2016), esta combinación puede elevar la fricción y la carga patelofemoral, lo cual coincide con la alta frecuencia de dolor anterior reportada por los jugadores. Esta localización es típica de sobrecargas en estructuras como el tendón rotuliano o la articulación femoropatelar, especialmente en superficies rígidas.

Entre los jugadores que presentaron dolor, varias pruebas ortopédicas fueron positivas, particularmente McMurray y los cajones ligamentarios, lo cual sugiere irritación meniscal o estrés ligamentario asociado al sobreuso. Esto coincide con estudios en futbolistas amateurs que muestran que las molestias inespecíficas pueden activar múltiples pruebas sin necesariamente corresponder a lesiones estructurales graves (Correa et al., 2013; Dallinga et al., 2012).

En conjunto, los resultados de esta investigación refuerzan la idea de que el dolor de rodilla en futbolistas amateurs es un fenómeno multifactorial influido por exposición prolongada, escasa preparación física, alta frecuencia de partidos, superficie sintética y patrones biomecánicos repetitivos. Estos hallazgos resaltan la necesidad de implementar programas preventivos basados en fuerza, control neuromuscular y manejo adecuado de cargas para reducir la incidencia de molestias en esta población deportiva.

## **CONCLUSIONES**

El presente estudio identificó una prevalencia de dolor inespecífico de rodilla del 43% en futbolistas amateurs de la zona conurbada Veracruz–Boca del Río, lo que confirma que esta molestia es un problema común en este grupo. Esta cifra se encuentra dentro de los rangos reportados en la literatura para deportistas recreativos, lo cual respalda la solidez de los hallazgos.

Se observó que la mayoría de los jugadores posee más de 11 años de experiencia en la práctica del fútbol, lo que refleja una exposición prolongada a cargas repetitivas.



A pesar de ello, el 75% no realiza entrenamiento estructurado, lo cual podría generar desequilibrios entre carga y capacidad física, favoreciendo la aparición de molestias en la articulación de la rodilla.

Los factores contextuales también resultaron relevantes. El pasto sintético y el uso de tachones diseñados para esta superficie fueron las características predominantes. Esta combinación es conocida por aumentar la fricción, la presión articular y las fuerzas de desaceleración, elementos que pueden contribuir al dolor, especialmente cuando no existe un programa adecuado de preparación física.

Entre los participantes con dolor, la localización más frecuente fue la región anterior de la rodilla, seguida de dolor medial y lateral. Asimismo, varias pruebas ortopédicas mostraron porcentajes altos de positividad, destacando McMurray y las maniobras de cajón. Aunque estos resultados no permiten establecer diagnósticos específicos, sí sugieren la presencia de patrones de sobrecarga compatibles con la práctica frecuente del fútbol amateur.

En conjunto, los hallazgos muestran que el dolor de rodilla en futbolistas amateurs es un fenómeno multifactorial influido por la exposición prolongada al deporte, la falta de entrenamiento preventivo, la frecuencia de partidos y las características de la superficie y del calzado. Este estudio aporta información valiosa para la región y destaca la necesidad de implementar estrategias de prevención basadas en fortalecimiento, educación en cargas y control del entorno deportivo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Rojas-Sánchez, Y. R., Vergara-Huarcaya, L. E., & Bazán, C. S. (2020). Factores asociados a la presencia de dolor de rodilla en jugadores de fútbol amateur pertenecientes a un club deportivo en Lima, Perú. *Archivos de Medicina (Manizales)*, 20(1), 148–155.

<https://doi.org/10.30554/archmed.20.1.3370.2020>

Correa, J., Galván-Villamarín, F., Muñoz-Vargas, E., López, C., Clavijo, M., & Rodríguez, A. (2013). Incidencia de lesiones osteomusculares en futbolistas profesionales. *Revista Colombiana de Ortopedia y Traumatología*, 27(4), 185–190.

[https://doi.org/10.1016/S0120-8845\(13\)70018-X](https://doi.org/10.1016/S0120-8845(13)70018-X)

Márquez Arabia, J. J., Ramón Suárez, G., & Quiceno Noguera, C. (2015). Lesiones en futbolistas de un equipo sudamericano durante un año de seguimiento. *Revista Cubana de Ortopedia y*



[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-215X2016000100006](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-215X2016000100006)

4. Flores Jovel, A. M., Fuentes Paniagua, K. M., & Guerra Herrera, J. A. (2016). Aplicación de crioterapia y ultrasonido a pacientes con gonalgia del Departamento de Fisioterapia... [Tesis de licenciatura, Universidad de El Salvador]. <https://hdl.handle.net/20.500.14492/20120>

Barceló-Reyna, R., Noa-Cuadro, H., & Martín-Agüero, O. J. (2019). Incidencia de lesiones en la iniciación deportiva orientada al fútbol. *Acción*, 15, 1–? <http://accion.uccfd.cu/index.php/a/article/view/75>

Jibaja Luje, G. E. (2015). Frecuencia de lesiones en rodilla... [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. <https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/25352>

Pérez González, J. (2010). Las lesiones en el deporte. *Revista Cubana de Medicina del Deporte*, 5(1), 1–17.

Raya, J., & Estévez, J. (2016). Revisión: Factores de riesgo asociados a la aparición de lesiones en el fútbol. *Preparación Física en el Fútbol*, 20(1), 351–360. <https://apfisicos.es/wp-content/uploads/2018/01/Revista-21.pdf#page=10>

Moo Peña, J. C., & Solís Briceño, O. B. (2019). Resiliencia y lesiones en deportistas universitarios. *Revista de Psicología de la Salud*, 7(1), 134–151. <https://doi.org/10.21134/pssa.v7i1.867>

Zurita Ortega, F., Olmo Extremera, M., Cachón Zagalaz, J., Castro Sánchez, M., Ruano Hermoso, B., & Navarro Zurita, M. C. (2015). Relaciones entre lesiones deportivas... *Journal of Sport and Health Research*, 7(3), 215–228. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5263237>

Asencio Guisasola, M. E., & Mayanga Miñano, S. del R. (2017). Relación del acortamiento isquiotibial y alteraciones lumbopélvicas en futbolistas de 12 a 17 años de tercera división en Puente Piedra [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Sedes Sapientiae]. <https://hdl.handle.net/20.500.14095/555>

- Althunyan, A. K., Darwish, M. A., & Abdel Wahab, M. M. (2017). Knee problems and its associated factors among active cyclists... *Journal of Family & Community Medicine*, 24(1), 23–29. <https://doi.org/10.4103/2230-8229.197178>
- Sánchez, M. C., Zurita-Ortega, F., Cuberos, R. C., & Sánchez, A. L. (2019). Clima motivacional y niveles de ansiedad... *Retos*, (35), 164–169. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i35.63308>
- Rico Robayo, J. M. (2019). Derecho de retención en el fútbol aficionado... *Revista Aranzadi de Derecho de Deporte y Entretenimiento*, (62), 1–10. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6882091>
- Meyers, M. C. (2016). Incidence, mechanisms and severity... *Orthopaedic Journal of Sports Medicine*, 4(7\_suppl4), 1–2. <https://doi.org/10.1177/2325967116S00184>
- Alvares, J. B., Dornelles, M. P., Fritsch, C. G., de Lima-e-Silva, F. X., Medeiros, T. M., Severo-Silveira, L., Marques, V. B., & Baroni, B. M. (2020). Prevalence of hamstring strain injury... *Journal of Sport Rehabilitation*, 29(3), 339–345. <https://doi.org/10.1123/jsr.2018-0084>
- Cuya Cruz, A. S., Males Chicaiza, C. M., Tualombo Nasimba, L. A., & Rivadeneira Espinoza, A. S. (2024). Impacto de las lesiones de rodilla... *Revista Interdisciplinaria de Educación, Salud, Actividad Física y Deporte*, 1(2), 93–106. <https://doi.org/10.70262/riesaf.v1i2.2024.12>
- Kekelekis, A., Kounali, Z., Kofotolis, N., Clemente, F. M., & Kellis, E. (2023). Epidemiology of injuries in amateur male soccer players... *Healthcare*, 11(3), 352. <https://doi.org/10.3390/healthcare11030352>
- Crossley, K. M., Stefanik, J. J., Selfe, J., Collins, N. J., Davis, I. S., Powers, C. M., ... Esculier, J.-F. (2016). 2016 Patellofemoral pain consensus statement... *British Journal of Sports Medicine*, 50(14). <https://doi.org/10.1136/bjsports-2016-096384>
- Crossley, K. M., van Middelkoop, M., Callaghan, M. K., et al. (2016). 2016 Patellofemoral pain consensus statement — Part 2... *British Journal of Sports Medicine*, 50(14). <https://doi.org/10.1136/bjsports-2016-096268>
- Vournas, V., Gurau, T. V., Iordan, D. A., Onose, G., Munteanu, C., Onu, I., & Musat, C. L. (2023). Epidemiology of injuries... *Journal of Clinical Medicine*, 12, 5569. <https://doi.org/10.3390/jcm12175569>



- Kwakye, S. K., et al. (2024). Epidemiology and clinical characteristics of football injuries. *BMJ Open Sports & Exercise Medicine*. <https://bmjopensem.bmj.com/content/10/4/e001519.full.pdf>
- Vassis, K., et al. (2025). Injury pattern according to player position... *Journal of Clinical Medicine*. <https://www.mdpi.com/2077-0383/14/17/6320>
- Wezenberg, D., Lindblom, H., Sonesson, S., & Hägglund, M. (2024). Prevalence and intensity of pain in male and female amateur football players... *Journal of Science and Medicine in Sport*, 27(4), 222–227. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2024.01.006>
- REPORT-PFP: A consensus from the International Patellofemoral Research Network... (2021). *British Journal of Sports Medicine*, 55(20), 1135–1143. <https://e-space.mmu.ac.uk/628871/>

