

**Universidad de Cienfuegos**

**''Carlos Rafael Rodríguez''.**

Centro de Estudio: SUM. CULTURA FÍSICA CUMANAYAGUA.

[Título del artículo]

Aplicación del arnica30ch en atletas del equipo de taekwondo del municipio Cumanayagua durante los meses enero, febrero en su periodo de preparación físico general 2009.

Autores: Est. Isel de Jesús Montes de Oca Montes de Oca

MSC: Idania Ojeda Cruz

iojeda@ucf.edu.cu

Dra. Marian Del Rosario Capote Pérez

**Curso. 2010 / 2011**

## Resumen

Se realizó un estudio clínico tipo evaluación de tecnología, para evaluar la eficacia del tratamiento homeopático en atletas del Taekwondo categoría 11-12 años, en su etapa de preparación físico general. Se seleccionaron 30 atletas, cada uno constituyó su propio control, se tomó como referencia los resultados arrojados en los diagnósticos iniciales y las respuestas al tratamiento. Se logró un desarrollo de capacidades físicas en los tratados, pasando del III nivel al II nivel y se alcanzó estabilidad en los procesos afectivos. Por lo que afirmamos que el *Arnica 30ch* influye positivamente en el desarrollo físico y mental en la categoría 11-12 años en atletas del Taekwondo en el municipio de Cumanayagua.

## INTRODUCCIÓN

La Homeopatía, es un método terapéutico que se basa en el principio similitud. La similitud entre el podhl toxicológico de una sustancia y su poder terapéutico, la homeopatía se caracteriza también por la individualización del tratamiento, para la homeopatía no hay enfermedades, sino enfermos, por lo que el tratamiento dependerá siempre de la manera que el paciente reacciona. Esta terapia llega a Cuba aproximadamente hace más de un siglo y se desarrolla dada la cualidad científica y profesional de nuestros galenos, muchos de los cuales fueron mambises en la guerra de independencia esto debe servir de aliciente para la aplicación y el desarrollo de esta terapia en nuestro medio de sección. 3.La homeopatía terapéutica cuenta hoy con 200 años de existencia desde su fundador Samuel Hahneman ( 1755-1843), enunció entre sus postulados 12, pero sin duda está llamada a elevar su confiabilidad en la comunidad académica mediante la investigación científica. Por todo lo antes expuesto nos dimos a la tarea de investigar sobre la aplicación de uno estos productos en determinadas etapas de entrenamiento deportivo y sus efectos en el mismo, y por la importancia que le atribuimos al buen estado de preparación físico del atleta decidimos. Aplicar el *Arnica 30CH* en la etapa de preparación general a atletas del Taekwondo categoría 10-11 Años ,con el objetivo de establecer comparaciones entre los diferentes grupos y probar la efectividad del mismo al realizar las mediciones teniendo en cuenta el desarrollo de capacidades físicas.

DESARROLLO: El objetivo general del trabajo es aplicar el *Arnica 30CH* en atletas del taekwondo del municipio Cumanayagua durante los meses de enero- febrero en su periodo de

Aplicación del arnica30ch en atletas del equipo de taekwondo del municipio Cumanayagua durante los meses enero, febrero en su periodo de .doc 4

preparación física general. El objetivo específico es evaluar el efecto de la administración del medicamento homeopático en la etapa de preparación físico general en los atletas del taekwondo.

**MATERIALES Y MÉTODOS:** Deontología Médica: Este ensayo se realizó de acuerdo a lo establecido, se emplearon los medicamentos homeopáticos en las dinamos diluciones de *Árnica 30CH* 5 gotas V/ D Estos medicamentos carecen de toxicidad.

Explicación a los sujetos que participan en el ensayo: La inclusión de los pacientes en el estudio se realizó previa información del medicamento que se le aplica puede ser homeopático o placebo y con el consentimiento de ser sometido al mismo y la posibilidad de abandonar en cualquier momento sin consecuencias para su atención. Los pacientes recibieron una explicación detallada de esta etapa y las características de la investigación. El tratamiento que fue objeto de ensayo se empleó fundamentado en los efectos terapéuticos de los medicamentos homeopáticos. Los medicamentos homeopáticos no representan riesgos para el paciente pues el fármaco en su proceso de fabricación debido a los múltiples dinamo – diluciones a que es sometido carece de toxicidad la utilización del placebo se hizo de acuerdo a las buenas prácticas medicas para demostrar la efectividad del medicamento homeopático y para evaluar su efecto subjetivo

CONCEPCIÓN GENERAL: Tipo de Ensayo: El tipo de estudio que se realizó fue un ensayo clínico en etapa de preparación general a doble ciega con una aleatorización simple de la muestra a realizarse en el municipio Cumanayagua.

Diseño: Se formularon 2 grupos de tratamiento donde uno recibió tratamiento homeopático (2) y el otro recibió placebo (1) .La muestra quedo formada por 2 muestras de de 15 atletas cada uno

Método de Aleatorización: Se realizó una aleatorización simple donde ninguno de los atletas participantes en el estudio la conoció hasta que no se realizó el análisis de los resultados.

Aplicación del arnica30ch en atletas del equipo de taekwondo del municipio Cumanayagua durante los meses enero, febrero en su periodo de .doc 5

TRATAMIENTO: Productos que se van a utilizar: El medicamento se utilizará en las dinamos – diluciones de *Arnica 30CH* 5 gotas 1v/d, Vía de administración oral, sublingual, tanto para placebo como medicamento, posología 30 CH 5 gotas 1 v/d

Tiempo de tratamiento: (30 días) se explica al atleta que el medicamento debe ser protegido de la luz, de campos electromagnéticos, el gotero no debe tocar superficie como mucosa oral y objetos ,debe ser individual para cada frasco y preservarla de olores fuertes no se puede intercambiar los frascos los cuales se entregaran una vez vacíos para continuar el tratamiento.

EVALUACIÓN DE LA EFICACIA: Parámetros para medir los efectos y periodicidad de las mediciones: Se le aplicó a los atletas un diagnóstico inicial de capacidades test IDAREN de ansiedad para niños de 7 a 16 años y al final de la etapa de preparación física general una vez culminado el tratamiento.

HIPÓTESIS: El *Arnica 30CH* influye positivamente en el desarrollo de las capacidades físicas y mentales en la etapa de preparación física general en atletas del taekwondo del municipio de Cumanayagua categoría 11-12 años.Variable dependiente: Elevar el rendimiento en la etapa de preparación física general logrando un desarrollo de las capacidades físicas. Variable Independiente: Aplicación del *Arnica 30 ch* en la etapa de preparación física general. Variables Ajenas: Abandono de los atletas durante la etapa de la preparación física general, Asistencia y puntualidad de los atletas al entrenamiento. Cumplimientos de las reglas de la aplicación del producto homeopático. Tiempo en el que se alcanzo el desarrollo de las capacidades físicas y puntuación partiendo del diagnostico inicial analizado según documento oficial de la Educación Física, Evaluación del bienestar psicológico del atleta medido por el sistema de evaluación del test aplicado.

Aplicación del arnica30ch en atletas del equipo de taekwondo del municipio Cumanayagua durante los meses enero, febrero en su periodo de .doc 6

Criterio de Evaluación: Los resultados se evaluarán al finalizar el tratamiento en.

1- Capacidades		2- Test IDAREN
Nivel	Ptos	
I	10	20-24 Normal
II	8- 9,9	25-38 Medio
III	6- 7,9	39-60 Alta

Criterio del Fracaso: Que el atleta se mantenga con la misma puntuación o disminuya, y abandono voluntario. Criterio del éxito: Que el atleta mejore su puntuación y su nivel durante la etapa. Descripción del registro y a quién Informar: Se recoge información sobre todo efecto adverso que aparezca durante la realización del ensayo, aunque debemos aclarar que con la utilización de los medicamentos homeopáticos puede presentarse una exoneración fisiológica que es de forma ligera, transitoria y se soluciona espontáneamente.

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS: Para llevar a cabo nuestra investigación se formularon varias tablas para recoger el resultado de las diferentes pruebas en las dos etapas en que se realizaron los diagnósticos, al inicio y al culminar el periodo en que se aplicó el tratamiento homeopático, los cuales arrojaron los siguientes resultados: Primero se aplicó un test de ansiedad al inicio antes de aplicar el diagnóstico de capacidades que arrojó los siguientes resultados: Tabla 1:

Grupo	Normal	Medio	Alto
2	(4) 26,6 %	(10) 66,6 %	(1) 6,6 %

Aplicación del arnica30ch en atletas del equipo de taekwondo del municipio Cumanayagua durante los meses enero, febrero en su periodo de .doc 7

1	(5) 33,3 %	(10) 66,6 %	
---	------------	-------------	--

Porciento:  $P \times 100 / B$  Número de calificados  $\times 100 /$  Matrícula del Grupo. Fuente: Contenido del test IDAREN y forma de calificación

Al inicio más del 70 % de los atletas manifestaron estar agotados, inquietos, nerviosos, tenían miedo, estaban preocupados, agitados, algo que por lo general siempre sucede cuando los atletas se inician en un deporte tan fuerte como el Taek Wondo. Las tablas 2 y 3, recogen los resultados iniciales por capacidades y niveles general individual de los 30 participantes en este ensayo, lo que nos permitió obtener los resultados generales del diagnóstico de capacidades reflejado en la tabla 4 para ambos grupos.

Grupo	Rapidez		Plancha		Abdominal		Flexibilidad		Resistencia		N.G	
	P	N	P	N	P	N	P	N	P	N	P	N
2	7,9	III	8,4	II	7,5	III	8,2	II	8,2	II	7,5	III
1	7,8	III	8,6	II	8,4	II	8,0	II	8,2	II	8,2	II

Media: Sumatoria de todos los resultados por capacidad entre el número de capacidades. Fuente: Documento Nacional de Educación Física

La misma nos sirvió de punto de partida para comenzar nuestra evaluación, nos dice que el grupo 2 (tratado), alcanzó 7,5 puntos de forma general ubicándose en un III nivel y el grupo 1 (Placebo), 8,2 puntos lo que lo ubica en un II nivel general. Ambas puntuaciones nos dice que

Aplicación del arnica30ch en atletas del equipo de taekwondo del municipio Cumanayagua durante los meses enero, febrero en su periodo de .doc 8

ambos grupos requieren de preparación física para poder enfrentar la etapa de preparación especial. El gráfico 5 nos muestra la puntuación alcanzada por ambos grupos: Grupo 2 (Tratado) 7,5 y grupo 1 (Placebo) 8,2; Una diferencia de 0,7 puntos entre ellos, encontrándose el (Tratado) por debajo del (Placebo) en sus puntos de partida. A partir de aquí se comenzó con un plan de preparación física con una frecuencia diaria de 90 minutos, que dará cumplimiento a las exigencias del programa en la etapa de preparación física general y se les comenzó a aplicar el medicamento homeopático *Arnica 30ch* a razón de 5 gotas 1 v/d durante un periodo de 30 días, según las reglas establecidas para su buen control. Durante esta etapa se logró un 100 % de asistencia y puntualidad a los entrenamientos. Al culminar este periodo de entrenamiento y antes de aplicar al diagnóstico de capacidades, se realizó nuevamente el test de ansiedad IDAREN, el cual arrojó en esta etapa los siguientes resultados:

Grupo	Normal	Medio	Alto
2	(14) 93,3 %	(1) 6,6 %	
1	(5) 33,3 %	(8) 53,3 %	(2) 13,3 %

Porcentaje:  $P \times 100 / B$  Número de calificados  $\times 100 /$  Matrícula del Grupo. Fuente: Contenido del test IDAREN y forma de calificación

Si nos percatamos el grupo 2 al cual se le aplicó el medicamento, más del 93 % alcanza la calificación de normal y un 6,6 % medio; los atletas manifiestan en este periodo que se sienten tranquilos, no tienen miedo, están seguros, tienen deseos de practicar el deporte, están alegres, y en el grupo 1 solo un 33 % alcanza la calificación de normal, un 53,3 % el nivel medio y un 13,3

Aplicación del arnica30ch en atletas del equipo de taekwondo del municipio Cumanayagua durante los meses enero, febrero en su periodo de .doc 9

% alto, donde más del 46 % de los alumnos todavía sientes los síntomas que al inicio del entrenamiento. Después de realizar el test de ansiedad, se realiza nuevamente un diagnóstico de capacidades físicas a ambos grupos 2 y 1, donde los resultados individuales y generales por atleta, aparecen en las tablas 7 y 8 respectivamente, lo que nos permitió conformar los datos general por grupo que aparecen en la tabla 9:

TABLA 9: Diagnóstico Terminado el Tratamiento

Grupo	Rapidez		Plancha		Abdominal		Flexibilidad		Resistencia		N.G	
	P	N	P	N	P	N	P	N	P	N	P	N
2	9,6	II	9,4	II	8,8	II	9,2	II	8,5	II	9,1	II
1	8,4	II	9,3	II	9,4	II	8,4	II	8,2	II	8,7	II

Media: Sumatoria de todos los resultados por capacidad entre el número de capacidades. Fuente: Documento Nacional de Educación Física

Grupo 2 (Tratado), mejoró en la rapidez con 9,6 puntos, con 1,7 puntos de diferencia con respecto al inicio, en las planchas se mantuvo en el II nivel, pero con una puntuación de 9,4 superior a la inicial con 1 punto de diferencia, en los abdominales mejoró al II nivel, con 8,8 puntos y una diferencia de 1,3 puntos respecto al inicial, la flexibilidad se mantuvo en el II nivel, pero con mayor puntuación para 9,2, superando la etapa anterior en 1 punto, la resistencia se mantiene en el II nivel, solo mejorando 0,3 puntos. De forma general este grupo mejoró pasando del III nivel al II nivel, alcanzando un total de 9,1 puntos, mejorando en 1,6 respecto al inicio. Grupo 1 (Placebo), se mantuvo en un II nivel, solo mejorando de forma general 0,3 puntos, que

Aplicación del Arnica 30ch en atletas del equipo de taekwondo del municipio Cumanayagua durante los meses enero, febrero en su periodo de .doc

10

aunque aumenta su puntuación, se mantiene por debajo del grupo 2 en esta etapa final, por lo que podemos afirmar que el *Árnica 30ch* influyó en el desarrollo físico y mental de los atletas del Taek Wondo categoría 11-12 años del municipio Cumanayagua.

#### CONCLUSIONES:

Después de realizado el estudio y comprobado los resultados de los diagnósticos iniciales, y al finalizar la aplicación del tratamiento en los 30 atletas en 2 grupos, el 2 tratado y el 1 Placebo arribamos a las siguientes conclusiones: El *Árnica 30CH* influyó en el desarrollo físico y mental del grupo tratado al culminar la aplicación del producto homeopático. Los atletas tiene mejor estado de ánimo, están contentos, no tienen miedo, se sienten bien, no se manifiestan preocupados, están seguros, rindieron más en el entrenamiento, sin duda mejoraron desde el punto de vista afectivo. En cuanto al desarrollo de las capacidades físicas de apreció un aumento notable en el desarrollo de las mismas pasando del III nivel al II nivel, aumentando de forma general 1,6 puntos con respecto al diagnóstico realizado al inicio de la etapa, por lo que el 100 % de los mismos están en condiciones óptimas para enfrentar la próxima etapa (preparación especial).

#### BIBLIOGRAFÍA:

Lee Torres C. Homeopatía, Medicina del Futuro. 3 ed. Caracas: Galea; 1996.p.97

Galantes Nassif Mr. Compendio de Homeopatía. Bioterápico. Sao Pablo: ed Robe;

1997. P.225-30.

Aplicación del arnica30ch en atletas del equipo de taekwondo del municipio Cumanayagua durante los meses enero, febrero en su periodo de .doc

11

Fernández Argüelles R. Estudio Histográfico del Desarrollo de la

Homeopatía en Cuba. *Pesquisa homeopática* 1995; 10 (1): 14-7

Durante la realización de este ensayo clínico a doble ciega contamos con la asesoría del doctor

Fabio de Jesús Linares Pozo, especialista en esta rama.