

RESUMEN

Antecedentes: Las lesiones articulares, durante la formación militar de cadetes y alumnos de la Fuerza Aérea, ha sido un tema constante debido a los altos índices de lesión registrados, especialmente durante los primeros años de militarización. Propósito: Analizar la incidencia de la preparación física militar en las lesiones articulares de los cadetes y alumnos en formación de la Fuerza Aérea Ecuatoriana. Métodos: Se realizó un análisis de las historias clínicas y fichas médicas de 31 cadetes y 150 alumnos pertenecientes al último año de formación, desde su ingreso a la institución militar hasta la fecha actual, con el fin de crear una base de datos y posterior análisis estadístico, de la misma forma, se analizó la planificación de la preparación física que reciben cadetes y alumnos durante su fase de reclutamiento. Resultados: Se confirmaron un total de 17 cadetes y 87 alumnos con historial de lesiones articulares que corresponde al 54% y 58% del total de lesiones respectivamente, así mismo, se puede establecer que, en el caso de cadetes, el 59% de lesiones ocurren durante el primer año de formación registrando a la tendinitis rotuliana como la más frecuente, por otro lado, en el caso de alumnos, el 76% de lesiones nuevamente ocurren durante el primer año evidenciando a la periostitis tibial como la más predominante. Conclusión: La planificación de la preparación física impartida a los cadetes y alumnos no cuenta con ejercicios dirigidos a la prevención de lesiones, además, la falta de una valoración inicial genera que los índices de lesiones sean constantes.

Palabras clave:

- **PREPARACIÓN FÍSICA MILITAR**
- **LESIONES ARTICULARES**
- **FUERZA AÉREA ECUATORIANA**

ABSTRACT

Background: Joint injuries, during the military training of cadets and students of the Air Force, have been a constant theme due to the high rates of injury recorded, especially during the first years of militarization. *Purpose:* To analyze the incidence of military physical preparation in the joint injuries of cadets and trainees of the Ecuadorian Air Force. *Methods:* An analysis was made of the medical records and medical records of 31 cadets and 150 students belonging to the last year of training, from their entry into the military institution until the current date, in order to create a database and subsequent analysis. statistical information relevant to the research, in the same way, the physical preparation planning received by cadets and students during their recruitment phase was analyzed. *Results:* A total of 17 cadets and 87 students with a history of joint injuries were confirmed, corresponding to 54% and 58% of the total injuries, respectively. Likewise, it can be established that, in the case of cadets, 59% of injuries they occur during the first year of training registering patellar tendinitis as the most frequent, on the other hand, in the case of students, 76% of injuries again occur during the first year, evidencing tibial periostitis as the most predominant. *Conclusion:* The physical preparation planning given to cadets and students does not have exercises aimed at the prevention of injuries, in addition, the lack of an initial assessment focused on joint misalignments, muscle imbalances and postural analysis, generates that injury rates be constant.

Keywords:

- **MILITARY PHYSICAL PREPARATION**
- **ARTICULAR INJURIES**
- **ECUADORIAN AIR FORCE**