

El precio del alto rendimiento: uno de cada tres deportistas acabará con artrosis

Las mujeres deportistas tienen nueve veces más riesgo de una lesión de ligamento cruzado anterior, que puede acabar en artrosis

- Los días 17 y 18 de marzo, La Fundación Internacional de la Artrosis (OAFI), junto a los Servicios Médicos y Fundación del Atlético de Madrid y el Comité Olímpico Español celebran la VI edición del congreso Articulando el Deporte, en la sede del COE.
- Bajo el lema “Prevenir es ganar”, el congreso reúne a expertos nacionales para promover un deporte saludable, con foco en la prevención
- OAFI presentará los resultados preliminares de un estudio en futbolistas de élite con condropatía femoropatelar, una lesión silenciosa que puede derivar en artrosis precoz en el 30% de los casos.

Madrid, 9 de marzo de 2026 – Los días 17 y 18 de marzo, la sede del Comité Olímpico Español acogerá la VI edición del Congreso **Articulando el Deporte (#ARTICULANDO26)**, un encuentro médico-deportivo organizado por la Osteoarthritis Foundation International (OAFI), junto a los Servicios Médicos del Atlético de Madrid y con el respaldo institucional del propio COE.

El congreso, consolidado como un espacio de referencia en salud osteoarticular, deporte de alto rendimiento y medicina deportiva, pondrá el foco en la **prevención** bajo el lema “**Prevenir es ganar**”, destacando la importancia de anticiparse a la lesión, proteger la salud articular, mejorar la recuperación y promover estrategias que permitan prolongar la carrera deportiva y mejorar la calidad de vida futura de los deportistas.

El impacto de una lesión: la cara menos visible del alto rendimiento

En el deporte de élite, el éxito competitivo convive con una elevada carga articular constante. Se estima que alrededor del 31% de los deportistas de alto rendimiento desarrollará artrosis a lo largo de su carrera, especialmente como consecuencia de lesiones previas o sobrecarga continuada. En el caso de las deportistas, el riesgo es aún mayor: tienen hasta nueve veces más probabilidades de sufrir una rotura del ligamento cruzado anterior (LCA), y hasta la mitad desarrollará artrosis en el futuro.

En España, el fútbol concentra el mayor porcentaje de lesiones (25,6%), seguido por el atletismo, el fútbol sala y el baloncesto, de las cuales apenas el 65% consigue retomar su disciplina y solo el 55% vuelve a competir en menos de dos años.

Más allá del momento de la lesión, el verdadero impacto se manifiesta años después, comprometiendo tanto la carrera deportiva como la calidad de vida futura. Patologías como la condropatía femoropatelar, más frecuente en futbolistas, que pueden pasar desapercibidas en el corto plazo, pueden derivar en artrosis precoz en hasta un 30% de los casos.

Un estudio pionero en futbolistas de élite

Uno de los momentos clave de #ARTICULANDO26 será la presentación de los **resultados preliminares de un estudio de experiencia clínica**, impulsado por OAFI, que evalúa un

tratamiento innovador basado en **ácido hialurónico híbrido** en futbolistas de élite con condropatía femoropatelar. El estudio cuenta con la participación de los servicios médicos de la Selección Española de Fútbol, así como de clubes profesionales como el Atlético de Madrid, el Getafe CF, el Celta de Vigo, el CF Fuenlabrada y el Rayo Majadahonda.

Otra de las ponencias destacadas será **“Rejuvenecimiento activo: avances en lesión muscular y sarcopenia”**, que abordará estrategias pioneras orientadas a optimizar la recuperación muscular y combatir la pérdida de masa y función asociada tanto a la alta exigencia deportiva como al envejecimiento. Esta sesión estará a cargo del **Prof. Pedro Guillén**, especialista en Traumatología y Cirugía Ortopédica y presidente de la Clínica CEMTRO, que presentará los últimos avances desarrollados en la regeneración y preservación del tejido muscular en deporte y envejecimiento.

La sarcopenia, caracterizada por la pérdida acelerada y generalizada de masa y función muscular esquelética, afecta actualmente a 50 millones de personas en el mundo, una cifra que podría alcanzar los **200 millones en 2050** debido al progresivo envejecimiento demográfico y el aumento del sedentarismo a nivel global.

Articulando el Deporte 2026 – *prevenir es ganar*

Articulando El Deporte vuelve un año más consolidándose como un congreso de referencia en la prevención de lesiones, la medicina deportiva y la promoción de una práctica saludable del deporte.

El programa de #ARTICULANDO26 incluye ponencias sobre inteligencia artificial aplicada al rendimiento, microbiota y deporte, regeneración ósea, terapias celulares, psicología deportiva y prevención de la artrosis, entre otros. La sexta edición, contará con especialistas como el **Dr. José María Villalón**, jefe de los Servicios Médicos del Atlético de Madrid; el **Dr. Gil Rodas**, Servicios Médicos del FC Barcelona; la **Dra. Diana Guzmán**, especialista en traumatología deportiva, el **Dr. Borja Núñez de Aysa**, jefe de la Unidad de Intervencionismo Ecoguiado y Terapias Regenerativas en Olympia Quirónsalud; el **Dr. Mikel Sánchez**, director médico-científico del Hospital MiKS; el **Dr. Roberto Seijas**, especialista en Traumatología y Cirugía Ortopédica Instituto Cugat, la **Dra. Sol Ruiz**, Jefa de División de Productos Biológicos, Terapias Avanzadas y Biotecnología (AEMPS), el **Prof. Francisco J. Blanco García**, Coordinador del Grupo de Investigación de Reumatología del Instituto de Investigación Biomédica, A Coruña y el **Dr. Carlos Rubio Terrés**, experto en farmacología y farmacoeconomía, que presentará los beneficios del Condroitín Sulfato y su combinación con Glucosamina en el tratamiento de la artrosis a nivel farmacoeconómico.

El congreso contará asimismo con la participación institucional de **Alejandro Blanco**, presidente del Comité Olímpico Español, **Enrique Cerezo**, presidente del Atlético de Madrid y con la intervención de **Vicente del Bosque**, exseleccionador nacional.

Además, se habilitará un **espacio científico de pósters**, que dará visibilidad a nuevas líneas de investigación en deporte saludable y una **Campaña de Prevención de la Artrosis y la Osteoporosis**, abierta a todos los asistentes, con una evaluación personalizada del riesgo osteoarticular.

Articulando el Deporte 2026, promovido por la Fundación OaFi, es un congreso solidario de entrada abierta y gratuita.

***Consulta el programa adjunto para más información sobre todas las actividades de #ARTICULANDO26**

Localización: Comité Olímpico Español, C/de Arequipa 13, 28043, Madrid

Entradas a través de Eventbrite.es: <https://vi-articulando-el-deporte.eventbrite.es>

Sobre OAFI

[Osteoarthritis Foundation International](#) (OAFI) es la primera y única fundación sin ánimo de lucro en el mundo dedicada de forma exclusiva a las personas que padecen artrosis, osteoporosis y otras patologías osteoarticulares. Fundada en 2016 y con sede en Barcelona, OAFI lidera la lucha global por la salud articular, impulsando programas de educación, prevención, investigación y acompañamiento al paciente. Su misión es mejorar la calidad de vida de quienes viven con estas patologías, fomentando la detección precoz, el autocuidado y el empoderamiento del paciente. A través de congresos internacionales, campañas de sensibilización, proyectos científicos y colaboraciones, OAFI trabaja para situar la salud articular en el centro de la agenda sanitaria y social.

Cristina Nova González / Joan Carles Pallarès

Departamento de Comunicación OAFI

(+34) 931 594 015

(+34) 602 25 22 79

comunicacion@oafifoundation.com

oafifoundation.com

C/Tuset 19, 3-2, 08006 Barcelona