

ANNEX

En aquest Annex es presenta el detall de les hores d'exercici físic comptabilitzades per cada un dels casos del grup d'estudi. Amb aquesta finalitat figuren en aquest annex les taules corresponents a les hores d'entrenament i d'inactivitat per temporades i de les concentracions, en les que van ser convocades fora de programa Segle XXI, cada una de les jugadores de bàsquet. També es presenta una taula, per cada una d'elles, en la que apareix el diagnòstic de totes les lesions patides que van comportar algun dia d'inactivitat absoluta i el nombre de dies que va correspondre a aquestes lesions.

Tal i com s'ha especificat en el capítol de *subjectes i mètodes*, les hores d'entrenament diari varia segons el tipus de concentració de que es tracti i els partits es comptabilitzen com a 2 hores d'exercici físic.

En la interpretació del diagnòstic de les lesions, s'ha de tenir present la següent correspondència, que no figura en l'índex d'abreviatures:

- . E: extremitat esquerra
- . D: extremitat dreta.
- . LLE: lligament lateral extern
- . MTT: metatars

Cas 1

Taula A-1. Hores d'entrenament i d'inactivitat per temporades. Cas 1-grup jugadores de bàsquet				
Temporada	1996-1997	1997-1998	1998-1999	1999-2000
Hores: Grup/temporada	759	744	732	744
Concentració	85,5	0	54	192
Competició regular	56	68	60	60
Hores inactivitat per lesió	0	25,2	75,6	42
Total any	901	787	770	954

Taula A-2. Concentracions i hores d'entrenament fora de programa Segle XXI. Cas 1-grup jugadores de bàsquet										
Tipus concentració	Temporada	Lloc	Concentració		Campionat		Dies entrenament	Hores entrenament	Partits	Total
			Inici	Final	Inici	Final				
CSD	1996-1997	CAR Sant Cugat	15/07/1996	29/07/1996			14	63	0	63
CSD	1996-1997	CAR Sant Cugat	26/12/1997	31/12/1997			5	22,5	0	22,5
Selecció	1998-1999	CAR Sant Cugat/(França)	18/07/1999	25/07/1999	25/07/1999	31/07/1999	7	42	6	54
Selecció	1999-2000	Valencia/Cetnievo (Polònia) ¹	21/06/2000	20/07/2000	21/07/2000	30/07/2000	29	174	9	192

1. Cto Europa Junior 2000

Taula A-3. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 1-grup jugadores de bàsquet	
Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Distensió lligament lateral extern turmell E	6
Sobrecàrrega-contractura trapezi D	8
Sobrecàrrega espatlla D (manegot dels rodadors i tendó del bíceps)	10
Contusió quàdriceps E	8
Distensió lligament lateral extern turmell D	10

Cas 2

Taula A-4. Hores d'entrenament i d'inactivitat per temporades. Cas 2-grup jugadores de bàsquet

Temporada	1996-1997	1997-1998	1998-1999	1999-2000
Hores: Grup/temporada	759	744	732	744
Concentració	63	22,5	54	0
Competició regular	56	68	60	60
Hores inactivitat per lesió	67,2	285,6	172,2	466,2
Total any	811	549	674	338

Taula A-5. Concentracions i hores d'entrenament fora de programa Segle XXI. Cas 2-grup jugadores de bàsquet

Tipus concentració	Temporada	Lloc	Concentració		Campionat		Dies entrenament	Hores entrenament	Partits	Total
			Inici	Final	Inici	Final				
CSD	1996-1997	CAR Sant Cugat	15/07/1996	29/07/1996			14	63	0	63
CSD	1997-1998	CAR Sant Cugat	26/12/1997	31/12/1997			5	22,5	0	22,5
Selecció	1998-1999	CAR Sant Cugat/(França)	18/07/1999	25/07/1999	25/07/1999	31/07/1999	7	42	6	54

Taula A-6. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 2-grup jugadores de bàsquet

Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Lumbàlgia mecànica, contractura muscular	7
Pessigada menisc intern cama D	7
Sobrecàrrega adductors i ciatàlgia	2
Tendinitis rotuliana i condropatia genoll D	23
Pessigada menisc extern cama D	10
Condropatia genoll D	14
Esquinç LLE del turmell	15
Sobrecàrrega muscular	6
Ruptura fibril·lar adductors cama E	15
Sobrecàrrega bessons i isquiotibials d'ambdues cames	3
Sobrecàrrega genoll D (popliti, pota d'ànec, parameniscitis)	3
Contractura isquiotibials cama D	3
Vessament articular genoll D	6
Contractura semimembranós cama E	11
Esquinç LLE turmell D	3
Distensió LLE turmell D	38
Ruptura lligament encreuat anterior genoll E	70

Cas 3

Taula A-7. Hores d'entrenament i d'inactivitat per temporades. Cas 3-grup jugadores de bàsquet				
Temporada	1996-1997	1997-1998	1998-1999	1999-2000
Hores: Grup/temporada	759	744	732	744
Concentració	63	22,5	54	192
Competició regular	56	68	60	60
Hores inactivitat per lesió	92,4	37,8	273	96,6
Total any	786	797	573	899

Taula A-8. Concentracions i hores d'entrenament fora de programa Segle XXI. Cas 3-grup jugadores de bàsquet										
Tipus concentració	Temporada	Lloc	Concentració		Campionat		Dies entrenament	Hores entrenament	Partits	Total
			Inici	Final	Inici	Final				
CSD	1996-1997	CAR Sant Cugat	15/07/1996	29/07/1996			14	63	0	63
CSD	1997-1998	CAR Sant Cugat	26/12/1997	31/12/1997			5	22,5	0	22,5
Selecció	1998-1999	CAR Sant Cugat/(França)	18/07/1999	25/07/1999	25/07/1999	31/07/1999	7	42	6	54
Selecció	1999-2000	Valencia / Cetnuevo (Polònia)	21/06/2000	20/07/2000	21/07/2000	30/07/2000	29	174	9	192

Taula A-9. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 3-grup jugadores de bàsquet

Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Parameniscitis ext. Genoll E	6
Contractura bilateral adductors	2
Contractura bilateral adductors	7
Esquinç LLE turmell E	7
Entesitis rotuliana D	5
Tendinitis deltoides posterior i infraespínós	4
Distensió LLE i molèsties a la interlinea interna peu E	11
Distensió LLE peu D (fascicle anterior i posterior)	22
Tendinitis supraespínós espatlla D	2
Distensió LLE peu E	24
Elongació bíceps femoral cama E	6
Distensió LLE turmell D	23

Cas 4

Taula A-10. Hores d'entrenament i d'inactivitat per temporades. Cas 4-grup jugadores de bàsquet				
Temporada	1996-1997	1997-1998	1998-1999	1999-2000
Hores: Grup/temporada	759	744	0	0
Concentració	0	0	0	0
Competició regular	56	68	0	0
Hores inactivitat per lesió	596,4	58,8	0	0
Total any	219	753	0	0

No va anar a cap concentració durant l'estudi.

Taula A-11. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 4-grup jugadores de bàsquet	
Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Sobrecàrrega a fàscia plantar peu D	6
Lumbàlgia. El dia 7/3/97 es diagnostica espondilolisis a L5. Immobilització durant 3 mesos	136
Esquinç LLE turmell E (amb descàrrega).	14

Cas 5

Taula A-12. Hores d'entrenament i d'inactivitat per temporades. Cas 5-grup jugadores de bàsquet				
Temporada	1997-1998	1998-1999	1999-2000	2000-2001
Hores: Grup/temporada	744	732	0	0
Concentració	0	0	0	0
Competició regular	68	72	0	0
Hores inactivitat per lesió	71,4	0	0	0
Total any	741	804	0	0

No va anar a cap concentració durant l'estudi.

Taula A-13. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 5-grup jugadores de bàsquet	
Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Distensió LLE turmell D	6
Contusió recte anterior del quàdriceps cama D	11

Cas 6

Taula A-14. Hores d'entrenament i d'inactivitat per temporades. Cas 6-grup jugadores de bàsquet

Temporada	1997-1998	1998-1999	1999-2000	2000-2001
Hores: Grup/temporada	744	732	744	768
Concentració	138	228	0	200
Competició regular	68	72	60	60
Hores inactivitat per lesió	92,4	189	537,6	386,4
Total any	858	843	266	642

Taula A-15. Concentracions i hores d'entrenament fora de programa Segle XXI. Cas 6-grup jugadores de bàsquet

Tipus concentració	Temporada	Lloc	Concentració		Campionat		Dies entrenament	Hores entrenament	Partits	Total
			Inici	Final	Inici	Final				
CSD	1997-1998	CAR Sant Cugat	14/07/1997	21/07/1997			7	31,5	0	31,5
CSD	1997-1998	CAR Sant Cugat	26/12/1997	31/12/1997			5	22,5	0	22,5
Selecció ¹	1997-1998	CAR Sant Cugat	02/07/1998	15/07/1998	16/07/1998	19/07/1998	13	78	3	84
Selecció	1998-1999	CAR Sant Cugat	04/12/1998	08/12/1998			4	24	0	24
Selecció ²	1998-1999	CAR SCugat / Tulcea (Romania)	21/06/1999	22/07/1999	23/07/1999	01/08/1999	31	186	9	204
Selecció	2000-2001	CAR Sant Cugat	20/11/2000	23/11/2000			3	18	0	18
Selecció ³	2000-2001	A Coruña	09/07/2001	07/08/2001	08/08/2001	12/08/2001	29	174	4	182

1. IV Torneig de l'Amistat (Itàlia Juliol 1998)

2. 14 Cto Europa Cadet1999

3. Qualifaying Round pel IV Europeu Croàcia 2002

Taula A-16. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 6-grup jugadores de bàsquet

Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Ruptura miofibril·lar vast extern 1/3 mig de la cama D	15
Distensió bessó extern D	7
Tendinitis rotuliana E amb sobrecàrrega bessons	10
Tendinitis rotuliana E.	35
Intervenció tendó rotulià	70
Tendinitis manegot dels rotadors braç D	37
Distensió LLE turmell D	6
Tendinitis rotuliana E	15
Tendinitis rotuliana E	47
Sobrecàrrega vast intern cama E	1
Condropatia rotuliana i sobrecàrrega popliti cama E	10
Esquinç LLE turmell D	24
Tendinitis rotuliana E (descansos setmanals pautats)	1 x 6
Contractura lumbar	2 x 2

Cas 7

Taula A-17. Hores d'entrenament i d'inactivitat per temporades. Cas 7-grup jugadores de bàsquet

Temporada	1997-1998	1998-1999	1999-2000	2000-2001
Hores: Grup/temporada	744	732,0	744,0	768,0
Concentració	138	228	0	200
Competició regular	68	72	60	60
Hores inactivitat per lesió	159,6	134,4	67,2	718,2
Total any	790	898	737	310

Taula A-18. Concentracions i hores d'entrenament fora de programa Segle XXI. Cas 7-grup jugadores de bàsquet

Tipus concentració	Temporada	Lloc	Concentració		Campionat		Dies entrenament	Hores entrenament	Partits	Total
			Inici	Final	Inici	Final				
CSD	1997-1998	CAR Sant Cugat	14/07/1997	21/07/1997			7	31,5	0	31,5
CSD	1997-1998	CAR Sant Cugat	26/12/1997	31/12/1997			5	22,5	0	22,5
Selecció ¹	1997-1998	CAR Sant Cugat	02/07/1998	15/07/1998	16/07/1998	19/07/1998	13	78	3	84
Selecció	1998-1999	CAR Sant Cugat	04/12/1998	08/12/1998			4	24	0	24
Selecció ²	1998-1999	CAR S Cugat/Tulcea(Rumania)	21/06/1999	22/07/1999	23/07/1999	01/08/1999	31	186	9	204
Selecció	2000-2001	CAR Sant Cugat	20/11/2000	23/11/2000			3	18	0	18
Selecció ³	2000-2001	A Coruña	09/07/2001	07/08/2001	08/08/2001	12/08/2001	29	174	4	182

1. IV Torneo de la Amistad (Italia Juliol 1998)

2. 14 Cto Europa Cadete 1999

4. Qualifaying Round para IV Europeo Croacia 2002

Taula A-19. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 7-grup jugadores de bàsquet

Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Sobrecàrrega inserció ADD cama D	9
Periostitis cama E	10
Parameniscitis externa cama D	19
Periostitis tibial ambdues cames	26
Distensió LLE turmell E	6
Distensió LLE turmell D	16
Ruptura lligament encreuat anterior	163
Dies de descans setmanal en la readaptació a l'entrenament	1x 7

Cas 8

Temporada	1997-1998	1998-1999	1999-2000	2000-2001
Hores: Grup/temporada	744	732	744	768
Concentració	138	228	192	200
Competició regular	68	72	60	60
Hores inactivitat per lesió	201,6	126	487,2	58,8
Total any	748	906	509	969

Tipus concentració	Temporada	Lloc	Concentració		Campionat		Dies entrenament	Hores entrenament	Partits	Total
			Inici	Final	Inici	Final				
CSD	1997-1998	CAR Sant Cugat	14/07/1997	21/07/1997			7	31,5	0	31,5
CSD	1997-1998	CAR Sant Cugat	26/12/1997	31/12/1997			5	22,5	0	22,5
Selecció ¹	1997-1998	CAR Sant Cugat/ (Itàlia)	02/07/1998	15/07/1998	16/07/1998	19/07/1998	13	78	3	84
Selecció	1998-1999	CAR Sant Cugat	04/12/1998	08/12/1998			4	24	0	24
Selecció ²	1998-1999	CAR S Cugat / Tulcea (Romania)	21/06/1999	22/07/1999	23/07/1999	01/08/1999	31	186	9	204
Selecció ³	1999-2000	Valencia / Cetnievo (Polònia)	21/06/2000	20/07/2000	21/07/2000	30/07/2000	29	174	9	192
Selecció	2000-2001	CAR Sant Cugat	20/11/2000	23/11/2000			3	18	0	18
Selecció ⁴	2000-2001	A Coruña	09/07/2001	07/08/2001	08/08/2001	12/08/2001	29	174	4	182

1. IV Torneig de l'Amistat (Itàlia Juliol 1998)

2. 14 Cto Europa Cadet 1999

3. Cto Europa Junior 2000

4. Qualifaying Round pel IV Europeu Croàcia 2002

Taula A-22. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 8-grup jugadores de bàsquet

Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Sobrecàrrega bessó extern cama E	2
Miositis crural E amb ruptura fibril·lar a recte anterior quàdriceps cama E	9
Artritis traumàtica 3er i 4art dit del peu D	21
Condropatia i entesitis rotuliana genoll E	7
Pinçament dorsal D10, D11 i contractura dorsal D	5
Contractura recte anterior quàdriceps cama E	4
Distensió LLE turmell E	7
Entesitis rotuliana genoll E	2
Ruptura fibrilar adductor menor	17
Tendinitis rotuliana E	4
Pessigada menisc extern i tendinitis rotuliana genoll E	43
Esquinç LLE turmell D amb afecció mal·lèol peroneal	15
Condropatia rotuliana i tendinitis bilateral	5
Pinçament menisc extern i condropatia rotuliana genoll E	21
Contractura deltoides i subescapular braç D i entesitis rotuliana	33
Contractura lumbar	9
Entesitis rotuliana E	2
Sobrecàrrega trapezi E	2

Cas 9

Taula A-23. Hores d'entrenament i d'inactivitat per temporades. Cas 9-grup jugadores de bàsquet

Temporada	1997-1998	1998-1999	1999-2000	2000-2001
Hores: Grup/temporada	744	732	744	768
Concentració	138	204	0	200
Competició regular	68	72	60	60
Hores inactivitat per lesió	189	226,8	75,6	155
Total any	761	781	728	873

Taula A-24. Concentracions i hores d'entrenament fora de programa Segle XXI. Cas 9-grup jugadores de bàsquet

Tipus concentració	Temporada	Lloc	Concentració		Campionat		Dies entrenament	Hores entrenament	Partits	Total
			Inici	Final	Inici	Final				
CSD	1997-1998	CAR Sant Cugat	14/07/1997	21/07/1997			7	31,5	0	31,5
CSD	1997-1998	CAR Sant Cugat	26/12/1997	31/12/1997			5	22,5	0	22,5
Selecció ¹	1997-1998	CAR Sant Cugat	02/07/1998	15/07/1998	16/07/1998	19/07/1998	13	78	3	84
Selecció ²	1998-1999	CAR S Cugat / Tulcea (Romania)	21/06/1999	22/07/1999	23/07/1999	01/08/1999	31	186	9	204
Selecció	2000-2001	CAR Sant Cugat	20/11/2000	23/11/2000			3	18	0	18
Selecció ³	2000-2001	A Coruña	09/07/2001	07/08/2001	08/08/2001	12/08/2001	29	174	4	182

1. IV Torneig de l'Amistat(Italia Juliol 1998)
2. 14 Cto Europa Cadet 1999
3. Qualifaying Round pel IV Europeo Croàcia 2002

Taula A-25. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 9-grup jugadores de bàsquet

Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Distensió LLE peu D	6
Ruptura fibril·lar bíceps femoral D	21
Condromatèria i entesitis rotuliana	2
Contractura quàdriceps E	2
Parameniscitis menisc extern i condromatèria rotuliana genoll D. Artroscòpia 29/6/98	14
Distensió LLE turmell E	4
Condromatèria i tendinitis genoll D	15
Ruptura fibrilar recte anterior del quàdriceps D	35
LLE amb afecció peroneal peu D	18
Esquinç LLE turmell D	25
Descansos pautats per a molèsties al tendó rotulà i sobrecàrrega popliti D	4
Contusió articulació metatarso-falàngica 3er dit; tendinitis flexor llarg dels dits	2

Cas 10

Temporada	1998-1999	1999-2000	2000-2001	2001-2002
Hores: Grup/temporada	744	732	744	762
Concentració	292,5	192	262	284
Competició regular	72	64	60	40
Hores inactivitat per lesió	113,4	222,6	75,6	205,8
Total any	995	765	990	880

Tipus concentració	Temporada	Lloc	Concentració		Campionat		Dies entrenament	Hores entrenament	Partits	Total
			Inici	Final	Inici	Final				
CSD	1998-1999	CAR Sant Cugat	02/07/1998	15/07/1998	16/07/1998	19/07/1998	13	58,5	3	64,5
Selecció	1998-1999	CAR Sant Cugat	04/12/1998	08/12/1998			4	24	0	24
Selecció ¹	1998-1999	CAR / Tulcea(Romania)	21/06/1999	22/07/1999	23/07/1999	01/08/1999	31	186	9	204
Selecció ²	1999-2000	Valencia / Cetnievo(Polònia)	21/06/2000	20/07/2000	21/07/2000	30/07/2000	29	174	9	192
Selecció	2000-2001	CAR Sant Cugat / Girona	11/04/2001	13/04/2001	14/04/2001	16/04/2001	2	12	2	16
Selecció ³	2000-2001	CAR Sant Cugat / Múrcia	01/07/2001	22/07/2001	22/07/2001	27/07/2001	21	126	5	136
Selecció ⁴	2000-2001	Zamora	27/07/2001	13/08/2001	08/08/2001	12/08/2001	17	102	4	110
Selecció	2001-2002	CAR Sant Cugat	26/12/2001	30/12/2001			4	24	0	24
Selecció ⁵	2001-2002	CAR S Cugat/Baja(Hongria)	25/03/2002	08/04/2002	10/04/2002	14/04/2002	14	84	4	92
Selecció ⁶	2001-2002	Lugo/Skofja Loka(Eslovènia)	15/06/2002	10/07/2002	12/07/2002	21/07/2002	25	150	9	168

1. 14 Cto Europa Cadet 1999
2. Cto Europa Junior 2000
3. Jornades Olímpiques Jouventut Europea
4. Qualifaying XX Cto Europa 2002
5. Challenge Round XX Europeu Eslovènia 2002
6. XX Europeu Eslovènia 2002

Taula A-28. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 10-grup jugadores de bàsquet

Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Entesitis Adductors cama E	5
Sobrecàrrega bessons i soli	2
Afectació articular cunya-MTT 4art dit	14
Parameniscitis interna genoll E	6
Tendinitis aquil·lea D	28
Contusió tars (amb immobilització)	11
Distensió LLE turmell D	7
Contractura trapezis	7
Sobrecàrrega lumbar	2
Sobrecàrrega trapezis	3
Elongació semimembranós cama D	13
Tendinitis aquil·lea D	10
Artritis metatarso-falàngica peu D	39

Cas 11

Taula A-29. Hores d'entrenament i d'inactivitat per temporades. Cas 11-grup jugadores de bàsquet

Temporada	1998-1999	1999-2000	2000-2001	2001-2002
Hores: Grup/temporada	744	732	744	762
Concentració	87	63	262	284
Competició regular	72	64	60	40
Hores inactivitat per lesió	151,2	189	155,4	222,6
Total any	752	670	911	863

Taula A-30. Concentracions i hores d'entrenament fora de programa Segle XXI. Cas 11-grup jugadores de bàsquet

Tipus concentració	Temporada	Lloc	Concentració		Campionat		Dies entrenament	Hores entrenament	Partits	Total
			Inici	Final	Inici	Final				
Selecció	1998-1999	CAR Sant Cugat	04/12/1998	08/12/1998			4	24	0	24
CSD	1998-1999	CAR Sant Cugat	05/07/1999	19/07/1999			14	63	0	63
CSD	1999-2000	CAR Sant Cugat	03/07/2000	17/07/2000			14	63	0	63
Selecció	2000-2001	CAR Sant Cugat / Girona	11/04/2001	13/04/2001	14/04/2001	16/04/2001	2	12	2	16
Selecció ¹	2000-2001	CAR Sant Cugat / Múcia	01/07/2001	22/07/2001	22/07/2001	27/07/2001	21	126	5	136
Selecció ²	2000-2001	Zamora	27/07/2001	13/08/2001	08/08/2001	12/08/2001	17	102	4	110
Selecció	2001-2002	CAR Sant Cugat	26/12/2001	30/12/2001			4	24	0	24
Selecció ³	2001-2002	CAR Sant Cugat / Baja (Hongria)	25/03/2002	08/04/2002	10/04/2002	14/04/2002	14	84	4	92
Selecció ⁴	2001-2002	Lugo / Skofja Loka (Eslovènia)	15/06/2002	10/07/2002	12/07/2002	21/07/2002	25	150	9	168

1. Jornades Olímpiques Joventut Europea
2. Qualifaying XX Cto Europa 2002
3. Challenge Round XX Europeu Eslovènia 2002
4. XX Europeu Eslovènia 2002

Taula A-31. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 11-grup jugadores de bàsquet

Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Distensió LLE turmell E	16
Sobrecàrrega tibial anterior i peroneos cama E	9
Tendinitis manegot dels rodadors D	5
Sobrecàrrega lumbar	6
Contractura lumbar D	42
Sobrecàrrega bíceps femoral cama E	14
Parameniscitis	31
Contractura lumbar E	2
Distensió LLE turmell D	35
Sobrecàrrega lumbar	2
Esquinç lligament lateral intern del genoll D	51

Cas 12

Temporada	1998-1999	1999-2000	2000-2001	2001-2002
Hores: Grup/temporada	744	732	744	762
Concentració	312	0	262	284
Competició regular	72	64	60	40
Hores inactivitat per lesió	109,2	248	0	80
Total any	1019	548	1066	1006

Tipus concentració	Temporada	Lloc	Concentració		Campionat		Dies entrenament	Hores entrenament	Partits	Total
			Inici	Final	Inici	Final				
CSD	1998-1999	CAR Sant Cugat	26/12/1997	31/12/1997			5	22,5	0	22,5
Selecció ¹	1998-1999	CAR Sant Cugat	02/07/1998	15/07/1998	16/07/1998	19/07/1998	13	78	3	84
Selecció	1998-1999	CAR Sant Cugat	04/12/1998	08/12/1998			4	24	0	24
Selecció ²	1998-1999	CAR Sant Cugat / Tulcea (Romania)	21/06/1999	22/07/1999	23/07/1999	01/08/1999	31	186	9	204
Selecció	2000-2001	CAR Sant Cugat / Girona	11/04/2001	13/04/2001	14/04/2001	16/04/2001	2	12	2	16
Selecció ³	2000-2001	CAR Sant Cugat / Múrcia	01/07/2001	22/07/2001	22/07/2001	27/07/2001	21	126	5	136
Selecció ⁴	2000-2001	Zamora	27/07/2001	13/08/2001	08/08/2001	12/08/2001	17	102	4	110
Selecció	2001-2002	CAR Sant Cugat	26/12/2001	30/12/2001			4	24	0	24
Selecció ⁵	2001-2002	CAR Sant Cugat / Baja (Hongria)	25/03/2002	08/04/2002	10/04/2002	14/04/2002	14	84	4	92
Selecció ⁶	2001-2002	Lugo / Skofja Loka (Eslovènia)	15/06/2002	10/07/2002	12/07/2002	21/07/2002	25	150	9	168

1. IV Torneig de l'Amistat (Itàlia, Juliol 1998)
2. 14 Cto Europa Cadet 1999
3. Jornades Olímpiques Joventut Europea
4. Qualifaying XX Cto Europa 2002
5. Challenge Round XX Europeo Eslovènia 2002
6. XX Europeu Eslovènia 2002

Taula A-34. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 12-grup jugadores de bàsquet

Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Esquinç LLE turmell E (compressiu 2 set)	26
Ruptura lligament encreuat anterior	248
Distensió LLE turmell E	12
Sobrecàrrega popliti D	2
Entesitis tibial anterior cama D	2

Cas 13

Taula A-35. Hores d'entrenament i d'inactivitat per temporades. Cas 13-grup jugadores de bàsquet

Temporada	1998-1999	1999-2000	2000-2001	2001-2002
Hores: Grup/temporada	744	732	0	0
Concentració	87	63	0	0
Competició regular	72	64	0	0
Hores inactivitat per lesió	163,8	184,8	0	0
Total any	739	674	0	0

Taula A-36. Concentracions i hores d'entrenament fora de programa Segle XXI. Cas 13-grup jugadores de bàsquet

Tipus concentració	Temporada	Lloc	Concentració		Dies entrenament	Hores entrenament	Partits	Total
			Inici	Final				
Selecció	1998-1999	CAR Sant Cugat	04/12/1998	08/12/1998	4	24	0	24
CSD	1998-1999	CAR Sant Cugat	05/07/1999	19/07/1999	14	63	0	63
CSD	1999-2000	CAR Sant Cugat	03/07/2000	17/07/2000	14	63	0	63

Taula A-37. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 13-grup jugadores de bàsquet

Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Esquinç LLE turmell E amb afectació peroneal i del maleol tibial	31
Distensió LLE turmell D	8
Sobrecàrrega peu E (artritis)	15
Tendinitis aquil·lea D	15
Condromatèria rotuliana genoll E	14

Cas 14

Taula A-38. Hores d'entrenament i d'inactivitat per temporades. Cas 14-grup jugadores de bàsquet

Temporada	1998-1999	1999-2000	2000-2001	2001-2002
Hores: Grup/temporada	744	732	744	762
Concentració	85,5	63	202	192
Competició regular	72	64	64	40
Hores inactivitat per lesió	16,8	319,2	8,4	50,4
Total any	885	540	1002	944

Taula A-39. Concentracions i hores d'entrenament fora de programa Segle XXI. Cas 14-grup jugadores de bàsquet

Tipus concentració	Temporada	Lloc	Concentració		Campionat		Dies entrenament	Hores entrenament	Partits	Total
			Inici	Final	Inici	Final				
CSD	1998-1999	CAR Sant Cugat	26/12/1998	31/12/1998			5	22,5	0	22,5
CSD	1998-1999	CAR Sant Cugat	05/07/1999	19/07/1999			14	63	0	63
CSD	1999-2000	CAR Sant Cugat	03/07/2000	17/07/2000			14	63	0	63
Selecció	2000-2001	CAR Sant Cugat / Girona	11/04/2001	13/04/2001	14/04/2001	16/04/2001	2	12	2	16
Selecció ¹	2000-2001	CAR / Veliko Tarnovo (Bulgària) ¹	20/06/2001	18/07/2001	20/07/2001	29/07/2001	28	168	9	186
Selecció	2001-2002	CAR Sant Cugat	26/12/2001	30/12/2001			4	24	0	24
Selecció ²	2001-2002	Lugo / Skofja Loka (Eslovènia) ²	15/06/2002	10/07/2002	12/07/2002	21/07/2002	25	150	9	168

1. 15 Cto. Europa Cadet 2001
2. XX Europeu Eslovènia 2002

Taula A-40. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 14-grup jugadores de bàsquet

Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Distensió LLE turmell D	4
Contusió canell D	22
Contractura lumbar E	2
Distensió LLE turmell D	50
Distensió canell D	2
Sobrecàrrega adductor cama D	2
Distensió LLE turmell D	10
Contractura lumbar	2

Cas 15

Temporada	1998-1999	1999-2000	2000-2001	2001-2002
Hores: Grup/temporada	744	732	744	0
Concentració	85,5	63	202	0
Competició regular	72	64	64	0
Hores inactivitat per lesió	130,2	243,6	197,4	0
Total any	771	615	813	0

Tipus concentració	Temporada	Lloc	Concentració		Campionat		Dies entrenament	Hores entrenament	Partits	Total
			Inici	Final	Inici	Final				
CSD	1998-1999	CAR Sant Cugat	26/12/1998	31/12/1998			5	22,5	0	22,5
CSD	1998-1999	CAR Sant Cugat	05/07/1999	19/07/1999			14	63	0	63
CSD	1999-2000	CAR Sant Cugat	03/07/2000	17/07/2000			14	63	0	63
Selecció	2000-2001	CAR Sant Cugat / Girona	11/04/2001	13/04/2001	14/04/2001	16/04/2001	2	12	2	16
Selecció ¹	2000-2001	CAR / Veliko Tarnovo (Bulgaria)	20/06/2001	18/07/2001	20/07/2001	29/07/2001	28	168	9	186

1. 15 Cto. Europa Cadet 2001

Taula A-43. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 15-grup jugadores de bàsquet

Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Tendinitis aquil·lea bilateral	22
Elongació trapezi D	9
Elongació bessó extern cama E	14
Distensió LLE turmell E	9
Sobrecàrrega adductors i isquiotibials cama D	2
Pessigada menisc extern cama D	3
Sobrecàrrega subescapular i tríceps braç E	4
Tendinitis rotuliana E	26
Sobrecàrrega bessons	3
Distensió canell E	4
Esquinç lligament lateral extern genoll D	15
Pinçament menisc extern cama D amb condropatia	25

Cas 16

Taula A-44. Hores d'entrenament i d'inactivitat per temporades. Cas 16-grup jugadores de bàsquet

Temporada	1998-1999	1999-2000	2000-2001	2001-2002
Hores: Grup/temporada	744	732	0	0
Concentració	85,5	63	0	0
Competició regular	72	64	0	0
Hores inactivitat per lesió	205,8	46,2	0	0
Total any	696	813	0	0

Taula A-45. Concentracions i hores d'entrenament fora de programa Segle XXI. Cas 16-grup jugadores de bàsquet

Tipus concentració	Temporada	Lloc	Concentració		Dies entrenament	Hores entrenament	Partits	Total
			Inici	Final				
CSD	1998-1999	CAR Sant Cugat	26/12/1998	31/12/1998	5	22,5	0	22,5
CSD	1998-1999	CAR Sant Cugat	05/07/1999	19/07/1999	14	63	0	63
CSD	1999-2000	CAR Sant Cugat	03/07/2000	17/07/2000	14	63	0	63

Taula A-46. Lesions patides durant l'estudi i dies d'inactivitat. Cas 16-grup jugadores de bàsquet

Diagnòstic lesió	Dies d'inactivitat
Distensió LLE turmell E	5
Distensió LLE turmell D	23
Distensió LLE turmell D	21
Esquinç LLE t turmell D	11