

# Wii puede provocar lesiones reales

La consola interactiva de **Nintendo** propone al jugador hacer ejercicio físico gracias a los videojuegos, pero los médicos advierten que, como en un deporte real, existe un riesgo de dolor o de lesión si se practica de forma intensiva y sin calentamiento previo.

Nintendo afirma tener solo conocimiento de jugadores que han sentido "músculos entumecidos". Sin embargo, los investigadores británicos del **Hospital Leeds Teaching** han identificado una lesión, a la que han dado el nombre de **Wii Knee**, que **afecta a la rodilla de los jugadores poco deportivos que pasan demasiadas horas jugando** con la consola.

Hacer un calentamiento antes de jugar y hacer pausas con regularidad, son las primeras precauciones que debe tomar el jugador, explica Patrick Bacquaert, director médico del Instituto francés de Biología y Medicina del Deporte.

Según Bacquaert, **la muñeca y la rodilla** son las zonas del cuerpo **más expuestas a lesiones** cuando se juega a Wii Sports -que incluye tenis, bolos, béisbol, golf y boxeo- o a Wii Fit -programa de gimnasia-, dos de los mayores éxitos de la consola, de los que se han vendido 40 millones y 14 millones de ejemplares respectivamente en todo el mundo.

"Sentí dolores en la rodilla y en la espalda después de pasar una tarde jugando al tenis con unos amigos", explica Olivier Lefebvre, de 43 años. "Como hago menos deporte que ellos, tuve que hacer un esfuerzo mayor y me hice daño. Al día siguiente ellos no tenían ningún problema", agrega.

"Dejé de jugar durante unos días y fui mejorando. Ahora voy con cuidado de no hacer demasiados esfuerzos y hacer pausas. Juego como si hiciese deporte. Intento **evitar los excesos**", afirma.

Nintendo, por su parte, asegura no haber recibido quejas de lesiones graves de los jugadores, pero recuerda que es importante respetar ciertas precauciones.

"Como mucho, tenemos conocimiento de músculos entumecidos. Esto afecta sobre todo a las personas que hacen poco o nada de deporte o las que tienen por ejemplo exceso de peso. Les recomendamos que hagan un chequeo con su médico antes de jugar para comprobar que no tienen riesgos", explica Mathieu Minel, director de mercadeo de la filial francesa del grupo japonés.

Las precauciones no evitan sin embargo los accidentes. Jugando a un programa de snowboard para Wii en noviembre, el ciclista profesional británico Mark Cavendish resbaló y se dañó levemente la pantorrilla.