

La popularización del deporte aumenta las lesiones de rodilla

EVA DE LA TORRE
REDACCION

Esquí, tenis, motociclismo, y deportes de contacto como fútbol, baloncesto o balonmano son hoy en día practicados por muchas personas como una manera de mantenerse en forma. Sin embargo, la práctica generalizada de deporte sin una preparación adecuada previa hace que lesiones en rodillas y hombros que antes eran propias de los deportistas hayan aumentado de forma considerable.

Por ello, Raul Puig Adell, cirujano ortopédico ytraumatólogo de la clínica Tres Torre, de Barcelona, aconseja antes de realizar algún deporte hacer un preentrenamiento y no asumir riesgos por encima de sus posibilidades.

Puig Adell, que ha participado en las I Jornadas de Actualización en Cirugía de Hombro y Rodilla que se están celebrando en Almería, se-



o José María Vilarrubias interviniendo una de las piernas de cadáver con las que se ha trabajado en directo durante las jornadas. ¡NDALCCNGRESS

Salaque las lesiones de la rodilla pueden derivar en una artrosis y que para evitar esta evolución hay diferentes opciones antes de llegar a la implantación de una prótesis como son la sutura del menisco o la reconstrucción de los ligamentos.

Los expertos reunidos en al Universidad han señalado como la mejor opción en el tratamiento quirúrgico de las lesiones de los ligamentos de la rodilla la artroscopia. Con esta técnica, que es mínimamente invasiva, se consigue una recuperación más rápida y mejor. Según Puig, "la artroscopia es la mejor alternativa y la sanidad pública está en condiciones de realizarla, pero hoy en día los responsables no apuestan por ella y las demoras son muy altas". En su opinión, con artroscopias realizadas a tiempo, se evitarían muchas prótesis con los costes económicos y sociales que conllevan.

Aunque este tipo de técnicas suelen asociarse con los deportistas de élite, la realidad es que los especialistas reunidos en las Jornadas han defendido su uso generalizado entre la población independientemente de su edad y su estatus social, siempre que estén indicadas.