

LIGAMENTOLASTIA DE LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR DE RODILLA

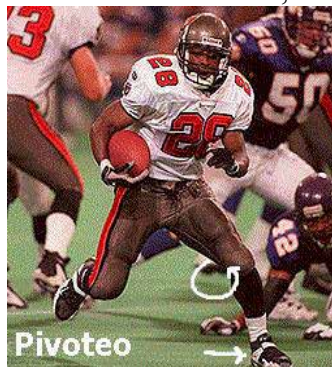
Definición:

Se define como el recambio del ligamento cruzado anterior de la rodilla roto, por otro de diferente origen: procedente de tendones propios, de tendones de animales, sintéticos o de cadáver.

La lesión del ligamento cruzado anterior es una de las lesiones más graves que puede sufrir la rodilla. Normalmente se acompaña de lesiones meniscales y ligamentosas.

Por qué se produce la rotura del LCA:

El mecanismo lesional suele ser una combinación de flexión-rotación externa y valgo de rodilla con la pierna en carga, característico de muchos gestos deportivos (fútbol, tenis, paddle...). La sintomatología es muy dolorosa en el momento de producirse, con sensación de inestabilidad, hinchazón casi inmediata, e impotencia funcional.



Salvo en edades avanzadas, siempre es aconsejable la cirugía para restaurar el ligamento, ya que, debido a su función estabilizadora de la rodilla, cuando no se opera, la aparición de artrosis precoz es segura, lo que suele llevar a la larga a la necesidad de colocación de prótesis de rodilla.

Existen diferentes tipos de plastias para restaurar el LCA

- Tendón de cadáver
- Ligamento sintético (ya no se usa)
- H-T-H : Utiliza una parte del tendón rotuliano
- T2 , T3 : Utiliza tendón de recto interno y semitendinoso



El tratamiento de fisioterapia debiera ser precoz, en torno a las 2 semanas de la cirugía. Los objetivos del mismo son recuperar el recorrido articular de la rodilla, recuperar la función muscular, la función propioceptiva y la readaptación al ejercicio físico.

Cómo podemos ayudar con la fisioterapia:

En las primeras fases, utilizamos técnicas para ganar recorrido articular en Flexo-extensión y fortalecimiento de los isquiotibiales. Además se incluyen técnicas para reducir el dolor y bajar el edema producido por la cirugía.

La potenciación de cuádriceps comenzará en torno a los 2 meses

La actividad dinámica (carrera) debe comenzar en torno a los 4 meses y la vuelta a la competición no antes de los 6 meses.

Sesiones Recomendadas de fisioterapia:

La frecuencia de sesiones será diaria hasta ganar todo el recorrido articular, y posteriormente de 2-3 sesiones semanales hasta la total recuperación.

Para más información sobre esta lesión u otras patologías estamos a tu disposición, nos puedes localizar para pedir cita en el teléfono 91 662 60 11 o en el mail info@davidarehabilitacion.com.

Artículo realizado por **José Angel del Blanco Muñiz**
Coordinador de fisioterapia de Rehabilitación, junio de 2018