

LESIONES EN LAS RODILLAS DE JÓVENES

Doctor, ¿es necesaria una cirugía?



Por **DR. PATRICK A. MALONEY**
DIRECTOR CLÍNICO DE MALONEY
CHIROPRACTIC CLINIC

Muchos niños se lastiman en la rodilla cada año. Estas lastimaduras pueden causar daños en los ligamentos o en los meniscos de la rodilla. Hay dos meniscos (cartílago entre hueso) uno en la parte interna y otro en la parte externa de la rodilla. Hay cuatro ligamentos principales en la rodilla, dos por dentro, que se cruzan como una X, y dos por afuera en cada lado.

El estimado es que alrededor de 6.6 millones de lastimaduras de rodilla se presentan en salas de urgencia cada año. El porcentaje más alto de este estimado es en personas de 15 a 24 años de edad.

La mayoría de las lastimaduras ocurren en los ligamentos internos de la rodilla. Después de eso la más común es en los meniscos de la rodilla. Muchas de estas lastimaduras ocurren en deportes donde parte de la actividad es dar saltos, como en voleibol y fútbol.

Cuando un niño se lastima la rodilla, debería ser evaluado por un doctor competente que pueda distinguir cuál tipo de lastimadura es. Como un doctor que trata muchas rodillas en nuestra clínica, le puedo decir que un examen físico nos puede dirigir hacia una

diagnóstico, pero en muchos casos es importante obtener radiografías o resonancia magnética también para poder verificar y diagnosticar con más certeza cuál es el tejido lastimado.

Es muy raro tener un ligamento completamente roto. Es más común tener un desgarro que ha roto un porcentaje del ligamento, pero no entero. También es común lastimarse uno de los dos meniscos de la rodilla.

Lo importante a este punto es decidir si la rodilla está inestable o no. Si no está inestable, es decir si los ligamentos no están completamente rotos, no es necesario tener cirugía inmediatamente. Yo diría que aun no es ético sugerir que alguien tenga cirugía en estos casos inmediatamente.

De aquí se crea un programa de terapia para corregir el efecto de la lastimadura y mantener buena alineación y flexibilidad durante el tiempo donde la rodilla se va reparando. Es esencial también fortalecer todos los músculos alrededor de la rodilla, incluidos los que afectan la posición de la rodilla como músculos de la cadera y la cintura. También hay que evaluar si el pie (tobillo) tiene fallas o debilidades mecánicas en las coyunturas. Revisar la posición y condición de la cadera de ese lado y de la cintura también, porque esas partes están conectadas y afectan la salud de la rodilla. Entonces, en todos los casos de lastimadura de rodilla hay que evaluar todas las áreas alrededor que pueden interferir con una corrección completa.

En la mayoría de los casos, las rodillas se pueden rehabilitar naturalmente con un buen programa de terapia.

Doctor, ¿es necesaria una cirugía de rodilla para mi hija? La respuesta es probablemente no, pero definitivamente no en lo inmediato.



GRAN OFERTA
Por la compra de una faja lleva una cinturilla a solo \$20

El precio regular de la cinturilla es de \$60



BODY SHAPEWEAR

LATIN FASHION LLC
FAJAS Y JEANS DE COLOMBIA

**MOLDEA, REALZA TU FIGURA
Y REDUCE TALLAS**

480-665-8180

62 N. STAPLEY DR.
MESA, AZ 85203

JIMENA TELLEZ
JIMETELLEZ10@GMAIL.COM



Mi Tienda Latina

Lunes a Domingo 9:30 a.m. - 9:00 p.m. | mitiendalatina@gmail.com
1811 N. 24th St, Ste. E - Phoenix, AZ 85008

Teléfono **602 286 6422** Fax **602 286 0022**

PRODUCTOS DE SU PAÍS

- ARGENTINOS • BRASILEÑOS
- COLOMBIANOS • CUBANOS
- DOMINICANOS • GUATEMALTECOS
- HONDUREÑOS • PERUANOS
- SALVADOREÑOS • URUGUAYOS
- VENEZOLANOS

Acceptamos estampillas de comida

Paquetería a México y envío de encomiendas a Centroamérica