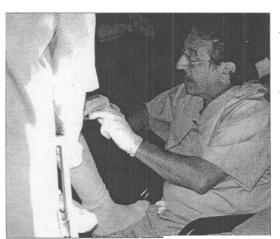
La popularización del deporte aumenta las lesiones de rodilla

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 posibilidiades.

Puig Adell, que ha participado en las I Jornadas de Actualización en Cirugía de Hombro y Rodillaque 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. ¡INDALCCNGRESS

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 ola reconstrucción de los ligamentos.

Los expertos reunidos en al Universidad han señalado como la meior 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 unarecuperación más rápidavmejor. Según Puig, "la artroscopia es la mej or alternativa y lasanidad pública está en condiciones de realizarla, pero hoy en día los responsables no apuestan por ella y las demoras sonmuyaltas". Ensuopinión, con artroscopias realizadas a tiempo, se evitarían muchas prótesis con los costes económicos v 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 edadysu estatus social, siempre que estén indicadas.