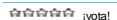


ESTAS LESIONES ERAN CASI EXCLUSIVAS DE DEPORTES DE CONTACTO

Las patologías de pubis-pelvis pueden producirse en todas las disciplinas por el aumento de exigencia física

Antiguamente las patologías o disfunciones de pubis-pelvis eran casi exclusivas de deportes como fútbol, rugby u otros de mucho contacto físico.

Enrique Mezquita. Valencia | 28/06/2011 00:00



¡vota! | 0 comentarios

compartir (¿qué es esto?)



Antes, las patologías o disfunciones de pubis-pelvis eran casi exclusivas de deportes como fútbol, rugby u otros de mucho contacto físico, "pero el incremento de la exigencia física y competitiva ha hecho que ahora sean fenómenos que pueden producirse prácticamente en todos los deportes, destacando sobre todo como novedad el impacto en los monopodales (taekwondo, karate...)", ha señalado a DM Antonio Leal, codirector del Centro Médico Legamed, en Sevilla, y asesor médico de la Mutualidad General Deportiva, en el VIII Congreso Mutualidad General Deportiva, celebrado en Valencia.

Además, según el experto, esa extensión también ha tenido una traslación a nivel de incidencia, tanto en el ámbito del alto rendimiento como en el amateur. "Tras las lesiones traumáticas de rodilla, las patologías de columna, sobre todo por lesiones de sobrecarga, y las de estrés (como desgarros musculares), creo que son la patología más frecuente".

Patología

A nivel patológico, existen dos grandes grupos de situaciones relacionadas con el pubis-pelvis: por un lado, las que afectan realmente al pubis (pubalgias), y por otro, las que afectan al aparato de la pelvis, incluyendo la parte posterior (tema de espalda) y la anterior (fallos de la pared abdominal).

Respecto al abordaje, Leal ha explicado que "si se hace un buen estudio, diagnóstico y exploración, normalmente los tratamientos suelen ser muy efectivos". Entre ellos, ha destacado la aplicación desde ondas de choque, pasando por la ozonoterapia y las terapias por laparoscopia, que permiten una rápida reincorporación.

Además, ha resaltado los progresos y avances en materia de fisioterapia, que permite que estos profesionales "hayan evolucionado mucho en el tratamiento de las cadenas posteriores y abordar muy bien los síndromes miofasciales, que son una de las causas más frecuentes de las pubalgias".

No obstante, ha matizado, en ocasiones el abordaje se complica sobremanera porque "el paciente nos llega muy tarde, no bien tratado y con un tema de dolor ya multifactorial -en vez de dolor específico, presenta derivados y por sobrecompensación-".

Para evitar esta situación, Leal ha afirmado que los deportistas tienen que estar atentos a posibles primeros síntomas, que sobre todo se centran en un dolor referido en la zona. Según Leal, "el dolor no tiene por qué ser en el pubis. De hecho, un dolor que irradia de la espalda a la zona central de las piernas y que se irradia hacia la zona del abdomen, ya tiene que hacer sospechar de ese tipo de patologías".

Colaboración

Leal ha apuntado que si el paciente colabora y, cuando tiene sus primeros síntomas, acude a los profesionales, podrá solucionarse mejor su problema. Sin embargo, "para eso tiene que tener cultura deportiva e información de lo que le está pasando y muchos deportistas no la tienen". Por ello, ha apuntado, "muchas veces son más peligrosos los jugadores que los propios tratamientos". En este contexto, ha hecho hincapié en la existencia de una colaboración del trío médico-fisioterapeuta-paciente, que se convierte en fundamental y, además, debe ser interactiva. "La coordinación entre todos es básica, ya que si mandas un tipo de tratamiento al paciente y éste hace otro distinto, evidentemente no conseguiremos nada".

Para Leal, a pesar de los avances y mejoras en su abordaje, las disfunciones de pubis-pelvis son fenómenos que siempre van a ir a más, añadiendo que su situación podría asemejarse a las lesiones que aparecen en la población general por el uso de los ordenadores. "Antes los ordenadores los manejaban las mecanógrafas y ahora, como los usa todo el mundo, las lesiones que aparecen por su uso han aumentado".

De la misma manera, los hábitos deportivos han cambiado y, "dado que todo el mundo quiere ser un superatleta y llenar los gimnasios, este tipo de patologías aumentan. De hecho, las patologías de pubis-pelvis son mucho más frecuentes a nivel amateur que en deportistas de alto rendimiento, ya que los últimos están mucho más cuidados, vigilados y estudiados", añade".