



La rotura del labrum de la cadera

MUTUALIDAD FCF | 15/05/2019

La Mutualidad Catalana de Futbolistas explica las causas y el tratamiento de una lesión bastante habitual, pero poco conocida.



La rotura del labrum de la cadera involucra el anillo del cartílago (labrum) que se encuentra en el borde exterior de la cavidad de la articulación de la cadera. Además de amortecer la articulación de la cadera, el labrum actúa como un sello o junta de goma para ayudar a sostener la cabeza del fémur, que se encuentra en su extremo superior, de forma segura dentro del acetábulo (cavidad del hueso coxal en la que se articula el jefe del fémur).

Los deportistas que practican deportes como el fútbol, el fútbol americano, el golf, el hockey sobre hielo y el ballet poseen un mayor riesgo de desarrollar una rotura del labrum a la cadera. Las anomalías estructurales de la cadera también pueden



producir un desgarró del labrum en esta zona.

Síntomas:

Muchas roturas del labrum de la cadera no causan signos ni síntomas. A veces, sin embargo, es posible tener una o más de estas sensaciones:

- Bloqueo, crujido en la articulación de la cadera.
- Dolor en la cadera o a la ingle.
- Rigidez o amplitud de movimiento limitada a la articulación de la cadera.

¿Cuándo tenemos que consultar con el médico?

Tenemos que buscar atención médica si los síntomas empeoran o no mejoran en un periodo de seis semanas.

Las causas de la rotura del labrum de la cadera pueden ser las siguientes:

- **Traumatismo:** una lesión o dislocación de la articulación de la cadera, que puede ocurrir por deportes de contactos como el fútbol, o también en accidentes automovilísticos, puede provocar una rotura del labrum de la cadera.
- **Anomalías estructurales:** algunas personas nacidas con problemas de cadera que pueden acelerar el desgaste y la rotura de la articulación que, con el tiempo, pueden provocar un desgarró del labrum de la cadera.
- **Movimientos repetitivos:** las actividades relacionadas con el deporte y otras actividades físicas, incluso las torsiones y giros del golf, pueden



provocar un desgaste y posterior rotura de la articulación que, con el tiempo, pueden producir una rotura del labrum de la cadera.

Prevención:

Las roturas del labrum de la cadera suelen asociarse con la práctica de deportes. Si se ejerce mucha presión sobre la cadera, condiciona los músculos próximos con ejercicios de fuerza y flexibilidad. Se tiene que evitar poner todo el peso del cuerpo sobre la cadera cuando las piernas estén posicionadas en los extremos de la amplitud de movimiento normal.

Tratamiento:

Las opciones de tratamiento dependerá de la gravedad de los síntomas. Algunas personas se recuperan con tratamientos convencionales en pocas semanas, mientras que otras pueden necesitar cirugías con artroscopia para reparar o extraer la parte rasgada del labrum.

Cirugía y otros procedimientos:

Si los tratamientos convencionales no alivian los síntomas, el médico puede recomendar hacer una cirugía artroscopia, en la cual se inserte una cámara óptica e instrumentos quirúrgicos intermediando de incisiones pequeñas en la piel. Dependiendo de la causa y la extensión de la rotura, el cirujano puede cortar y extraer la parte rota del labrum o reparar el tejido rasgado uniéndolo con suturas.

Fuente: Clínica Mayo USA

NOTA DE PREMSA



**FEDERACIÓ
CATALANA**
DE FUTBOL



Departament de
premsa i comunicació

T. 93 265 24 77 Ext. 2081
premsa@fcf.cat

www.fcf.cat