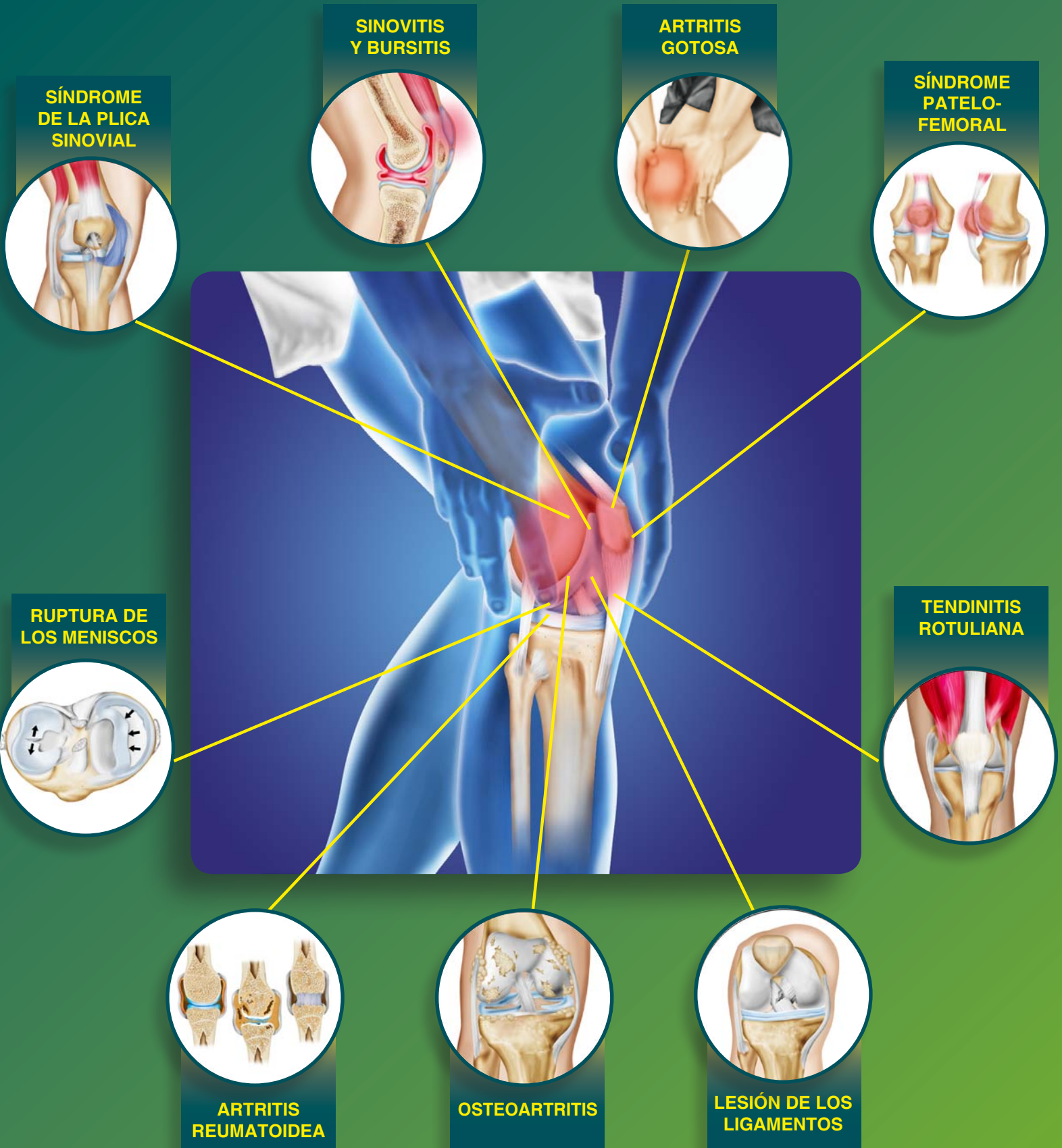


PRINCIPALES CAUSAS DEL DOLOR DE RODILLA

IBUPROFENO ESTÁ INDICADO COMO ANALGÉSICO Y ANTIINFLAMATORIO PARA EL ALIVIO SINTOMÁTICO DEL DOLOR DE RODILLA



PRINCIPALES CAUSAS DEL DOLOR DE RODILLA

EL IBUPROFENO ES UN EFICAZ ANTIINFLAMATORIO Y ANALGÉSICO PARA ESTOS DOLORES:



SINOVITIS Y BURSITIS¹

- La sinovitis es la inflamación de la cápsula sinovial que envuelve la articulación y facilita su deslizamiento. Puede aparecer como consecuencia de golpes, torceduras o infección, o como parte de la artritis, y se asocia con edema y dolor.
- La inflamación de las bursas (pequeños sacos con líquido que ayudan a disminuir la fricción producida por el movimiento) se llama bursitis. Se asocia con dolor y, en general, se produce por lesiones traumáticas.
- El tratamiento de ambos trastornos se realiza con reposo y el uso de antiinflamatorios, como el ibuprofeno.



LESIÓN DE LOS LIGAMENTOS^{2,3}

- Las lesiones de los meniscos y los ligamentos de la rodilla son más frecuentes en los deportistas.
- El ligamento cruzado anterior se lesiona por cambios bruscos en la dirección de la rodilla, al saltar o en paradas abruptas durante juegos como el básquetbol, el tenis, el vóleybol o el fútbol, o al hacer gimnasia.
- La lesión del ligamento cruzado posterior es mucho menos frecuente y menos dolorosa. Se produce en accidentes de tránsito o en la práctica de deportes de contacto.
- Hay una disminución de la movilidad, con dolor y edema. Los tratamientos dependen del grado de la lesión, pero en general se basan en reposo, rehabilitación, antiinflamatorios y, en algunos casos, cirugía.



RUPTURA DE LOS MENISCOS⁴

- Los meniscos son estructuras cartilaginosas en forma de C que actúan como amortiguadores entre la tibia y el fémur.
- La ruptura de los meniscos es una de las lesiones más frecuentes de la rodilla. Se presenta en cualquier actividad en la que se rote de manera brusca la rodilla, en especial, al poner peso sobre ella. Ocasiona dolor, edema y rigidez, y afecta, en su mayoría, a los deportistas.
- El tratamiento puede ser conservador, con reposo; antiinflamatorios, como el ibuprofeno; hielo y, a veces, cirugía.



TENDINITIS ROTULIANA⁵

- La tendinitis es la inflamación de uno o más tendones. El tendón rotuliano une el cuádriceps con la tibia, y resulta afectado en los ciclistas, los esquiadores y en otros deportistas que realizan actividades de salto.
- Uno de sus principales síntomas es el dolor, que empeora con los movimientos. El tratamiento se realiza con analgésicos y antiinflamatorios, como el ibuprofeno; terapia de estiramiento y, en ocasiones, cirugía.



SÍNDROME PATELO-FEMORAL⁶

- Conocido como "rodilla del atleta", se caracteriza por el desplazamiento de la rótula de manera incorrecta a lo largo del fémur, lo que provoca edema y dolor, que aumentan con el movimiento.
- Es más frecuente en los atletas y las personas que practican deportes en los que se requiere saltar.
- El tratamiento recomendado incluye reposo, analgésicos y fisioterapia.



SÍNDROME DE LA PLICA SINOVIAL⁷

- Las bandas de tejido sinovial conocidas como plicas pueden inflamarse por trauma o sobreuso, y producir dolor, inflamación, y sensación de bloqueo y debilidad de la rodilla.
- El tratamiento se basa en terapia con hielo, ejercicios de estiramiento y antiinflamatorios, como el ibuprofeno. Si los síntomas no se resuelven en 3 meses, se recomienda la artroscopia para reseca la plica.



ARTRITIS REUMATOIDEA⁸

- Es un trastorno autoinmunitario que puede afectar cualquier articulación, incluidas las rodillas, y que produce la destrucción del cartílago, el hueso y, en algunos casos, los tendones y los ligamentos.
- Los síntomas son inflamación, dolor y rigidez, de predominio matutino. En general, afecta ambas rodillas y otras articulaciones del cuerpo, como muñecas, manos y codos.
- Se trata con medicamentos que modifican el curso de la enfermedad, y con analgésicos y antiinflamatorios, como el ibuprofeno, para aliviar el dolor y la inflamación.



ARTRITIS GOTOSA⁹

- Es otro tipo de artritis en la que se depositan cristales de ácido úrico (se encuentran en la cerveza, las carnes y otros alimentos) dentro de la articulación.
- Los síntomas son más frecuentes por la noche, e incluyen dolor, edema, calor, rubor y limitación del movimiento.
- El tratamiento está dirigido a eliminar los alimentos que producen ácido úrico, y a controlar la inflamación y el dolor con AINE de tipo ibuprofeno, corticosteroides y colchicina.



OSTEOARTRITIS¹⁰

- Es la degeneración del cartílago de la articulación que, en este caso, afecta las rodillas. Se observa la disminución del espacio de la articulación. El paciente presenta dolor por fricción, con pérdida de la movilidad y de la flexibilidad.
- Es una enfermedad asociada con la edad, muy dolorosa. Se trata con analgésicos, terapia física y ejercicio.

1. Beutler A, y col. Physical examination of the knee. <http://www.uptodate.com/home>. Último acceso 11 de enero, 2016.

2. Frontera WR. Anterior cruciate ligament tear. In: Essentials of physical medicine and rehabilitation: musculoskeletal disorders, pain, and rehabilitation. 3rd ed. Philadelphia, Pa.: Saunders Elsevier; 2015. <http://www.clinicalkey.com>. Último acceso 15 de enero, 2016.

3. Posterior cruciate ligament injuries. American Academy of Orthopaedic Surgeons. <http://orthoinfo.aaos.org/topic.cfm?topic=a00420>. Último acceso 15 de enero, 2016.

4. Meniscal tears. American Academy of Orthopaedic Surgeons. <http://www.orthoinfo.org/topic.cfm?topic=A00358>. Último acceso 15 de enero, 2016.

5. Christian RA, y col. Patellar tendinopathy: Recent developments toward treatment. Bulletin of the Hospital for Joint Diseases 72:217, 2014.

6. O'Connor FG, y col. Patellofemoral pain syndrome. <http://www.uptodate.com/home>. Último acceso 15 de enero, 2016.

7. Morelli V, Braxton TM Jr. Meniscal, plica, patellar, and patellofemoral injuries of the knee: updates, controversies and advancements. Prim Care 40(2):357-382, 2013.

8. Handout on health: rheumatoid arthritis. National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases. http://www.niams.nih.gov/Health_Info/Rheumatic_Disease/default.asp. Último acceso 15 de enero, 2016.

9. Gout. American College of Rheumatology. http://www.rheumatology.org/Practice/Clinical/Patients/Diseases_And_Conditions/Gout/. Último acceso 15 de enero, 2016.

10. Osteoarthritis. National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases. http://www.niams.nih.gov/Health_Info/Osteoarthritis/default.asp. Último acceso 10 de enero, 2015.