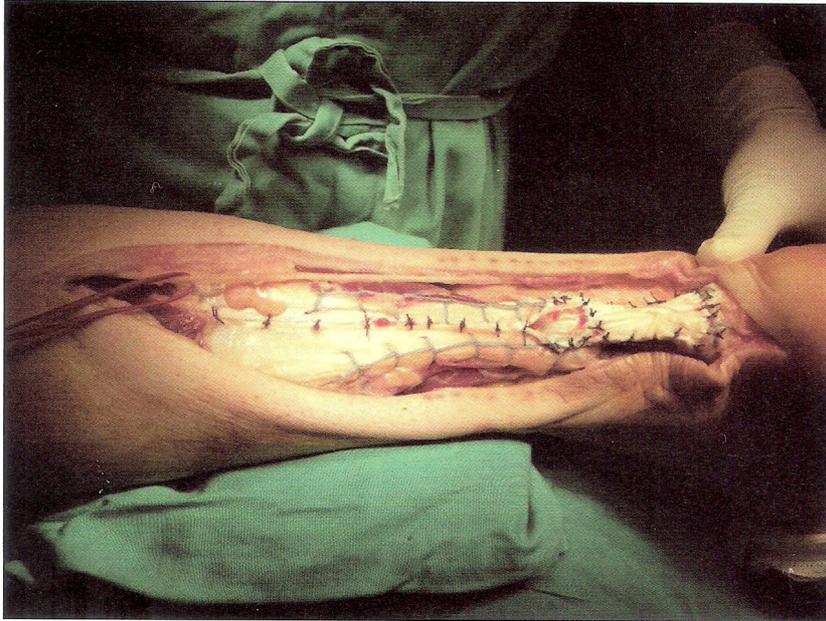


Roturas del Aquiles en el deportista veterano: LA



Dr. Fernando Ladero Morales
Especialista en traumatología y cirugía ortopédica

El deporte de ha convertido en una actividad lúdica y social. Los hábitos de vida saludable se imponen y el hacer ejercicio físico forma parte de las actividades de ocio de muchas personas. Sin embargo, no todos son beneficios. Muchas veces se realizan actividades excesivamente intensas por deportistas de fin de semana sin la preparación adecuada.

Estamos asistiendo, o esa es mi percepción, a un aumento significativo de las roturas degenerativas tendinosas en deportistas veteranos. Cada vez trato con mas frecuencia roturas agudas sobre lesiones degenerativas crónicas del tendón de Aquiles y del tendón cuadricipital.

El tendón de Aquiles soporta una fuerza ocho veces superior al peso corporal durante las actividades de impacto y como cualquier otro tejido del cuerpo humano sufre un proceso de degeneración a lo largo de los años que le hace perder resistencia. Es además un tejido mal vascularizado en su posición central lo que le convierte en asiento frecuente de inflamaciones agudas y crónicas que van minando su resistencia. Un esfuerzo brusco en esta situación puede ocasionar una rotura aguda del mismo, lo que obliga en la mayoría de los casos a pasar por el quirófano.

Este tipo de roturas representan un problema añadido para el cirujano que se ve obligado en la mayoría de los casos a realizar plastias de refuerzo sobre la reparación del tendón para asegurar el resultado.

Para el paciente supone con frecuencia el final de las actividades deportivas de riesgo. Además la vuelta a las actividades cotidianas solo se consigue tras superar un largo y tedioso proceso de recuperación. ◆