

SÍNDROME DE CADERA EN RESORTE (SNAPPING HIP)

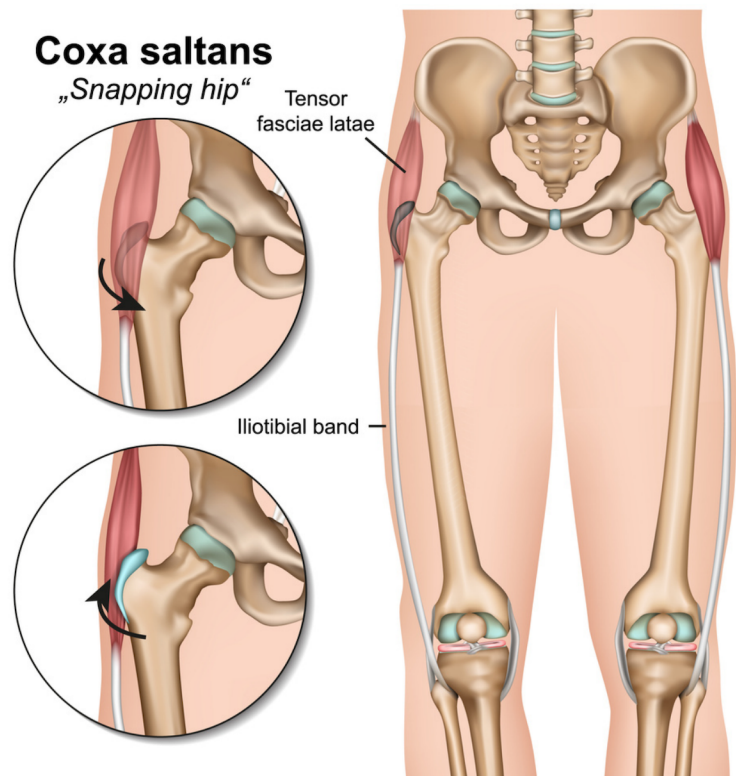
FOLLETO INFORMATIVO PARA PACIENTES

DEFINICIÓN

La cadera en resorte, también conocida como “coxa saltans” o “cadera de bailarina”, se caracteriza por una sensación de chasquido o estallido generalmente indoloro durante ciertos movimientos de la cadera, como caminar, levantarse de una posición sentada o durante movimientos de rotación. El estallido ocurre cuando un músculo o tendón se mueve sobre un ángulo óseo en la cadera. Pueden verse afectados varios tendones y puntos óseos, pero la causa más común de chasquido de cadera implica el movimiento de la banda iliotibial sobre el trocánter mayor de la cadera.

Esta afección puede desarrollarse debido al uso excesivo y a menudo se asocia con personas que realizan movimientos repetitivos, como bailarines, levantadores de pesas, jugadores de fútbol y corredores. Es más común en mujeres y puede afectar ambas caderas.

Coxa saltans „Snapping hip“





DIAGNÓSTICO

Se debe realizar un examen físico cuando la protrusión de la cadera pueda volverse evidente. Los individuos a menudo pueden identificar la ubicación del problema y reproducir los síntomas a voluntad. Una vez confirmado como diagnóstico probable, se pueden realizar pruebas de imágenes que incluyen rayos X, resonancia magnética e inyección de anestésico local guiada por ultrasonido para verificar si hay daños en otras estructuras. Cuando no hay dolor no será necesario tratamiento, pero cuando el chasquido es sintomático o existen otras zonas de dolor alrededor de la cadera se pueden comentar una serie de tratamientos.

TRATAMIENTO NO QUIRÚRGICO

En el primer caso, las medidas conservadoras como el reposo, la modificación de la actividad, los medicamentos antiinflamatorios, las inyecciones de esteroides y la fisioterapia suelen aliviar el dolor.

TRATAMIENTO QUIRÚRGICO

Un cirujano de preservación de cadera puede sugerir los siguientes procedimientos para tratar el síndrome de cadera en resorte:

- Liberación o estiramiento de la banda iliotibial o liberación del glúteo mayor
- Liberación o estiramiento del tendón del iliopsoas

Los procedimientos quirúrgicos para tratar el síndrome de cadera en resorte se pueden realizar mediante un abordaje abierto o artroscópico, pero este último es generalmente la opción preferida por los cirujanos de preservación de la cadera. Otros problemas de cadera pueden coexistir con esta afección, por lo que también puede ser necesario considerar el tratamiento quirúrgico.

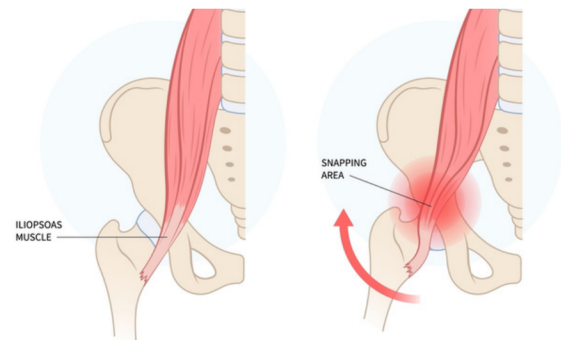
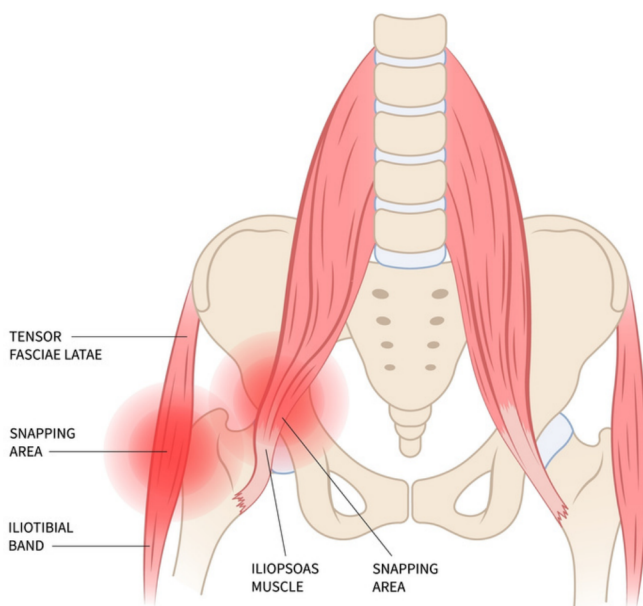
QUÉ ESPERAR DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

La recuperación después de una cirugía artroscópica es generalmente más rápida que después de un procedimiento abierto, por lo tanto, el regreso a las actividades también es más fácil. La vuelta a la práctica deportiva dependerá también de los resultados operatorios y el asesoramiento estará a cargo del cirujano y fisioterapeuta encargados de preservar la cadera.

Puede haber limitaciones en la carga de peso y las actividades durante los primeros dos o tres meses, que varían según el cirujano y dependen de los hallazgos operatorios y las técnicas realizadas.

La fisioterapia puede comenzar inmediatamente después de la cirugía, aumentando gradualmente el rango de movimiento, la estabilidad, la fuerza, la movilidad y la función durante un período de hasta seis meses, según la cirugía realizada y los objetivos individuales.

SNAPPING HIP SYNDROME



EXTERNAL SNAPPING HIP

