

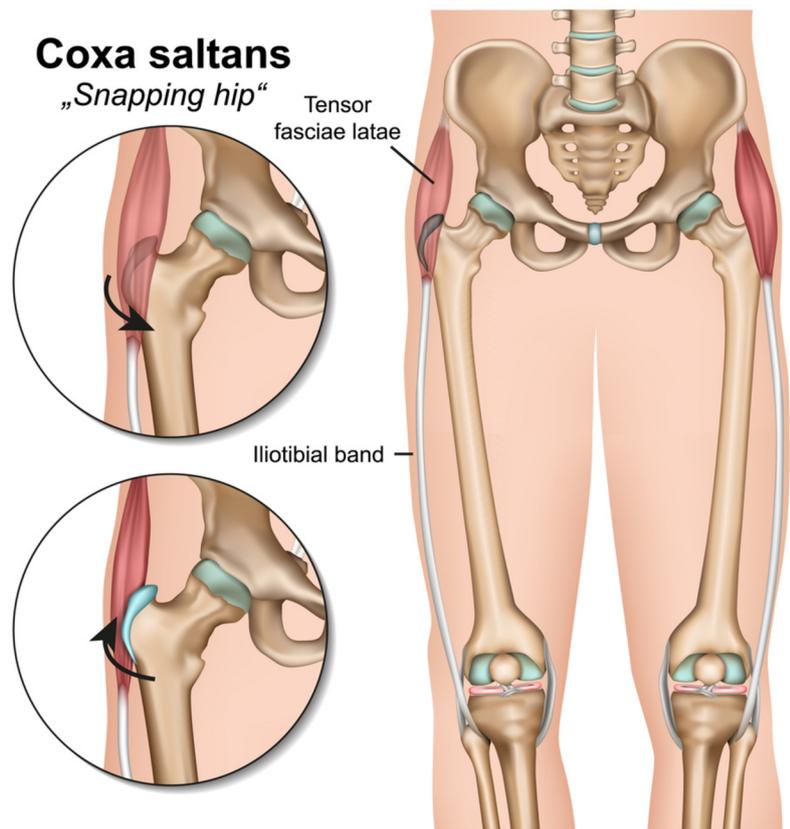
SÍNDROME DE LA CADERA EN "RESORTE"

DEFINICIÓN

La cadera en "resorte", también conocido como "coxa saltans" o "cadera de bailarín", se caracteriza por una sensación generalmente indolora de chasquido durante determinados movimientos de la cadera, como caminar, levantarse después de estar sentado o durante movimientos de rotación. Esta afección puede desarrollarse por sobrecarga y suele asociarse a personas que realizan movimientos repetitivos, como bailarines de ballet, levantadores de pesas, futbolistas y corredores. Es ligeramente más frecuente en mujeres y puede afectar a ambas caderas.

El chasquido, que puede describirse como interno o externo, se produce cuando un músculo o tendón se desplaza sobre un punto óseo alrededor de la cadera (véase la tabla para más detalles).

PATIENT INFORMATION FACT SHEET





Síndrome de la cadera en "resorte"	Movimiento de la cadera	Tendón afectado	Punto óseo
Interno	Flexión o extensión	Tendón del iliopsoas	Trocánter menor, cabeza femoral o eminencia iliopúbica
Externo (más frecuente)	Flexión, extensión, rotación externa o interna	Banda iliotibial	Trocánter mayor

DIAGNÓSTICO

Lo más probable es que el chasquido de la cadera se haga evidente durante una exploración física. Las personas suelen ser capaces de localizar el problema y reproducir los síntomas a voluntad. Una vez confirmado el diagnóstico, pueden realizarse pruebas de imagen, como radiografías, resonancias magnéticas e inyecciones de anestesia local guiadas por ecografía, para comprobar si hay daños en otras estructuras. Cuando no hay dolor, el tratamiento no será necesario, pero cuando el chasquido es sintomático o si hay otras áreas de dolor alrededor de la cadera, se pueden valorar diferentes tratamientos.

TRATAMIENTO NO QUIRÚRGICO

En primer lugar las medidas conservadoras como el reposo, la modificación de la actividad, la medicación antiinflamatoria, las inyecciones de esteroides y la fisioterapia suelen aliviar el dolor.

TRATAMIENTO QUIRÚRGICO

Un cirujano especialista en preservación de la cadera puede sugerir los siguientes procedimientos para el tratamiento del síndrome de cadera "en resorte":

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

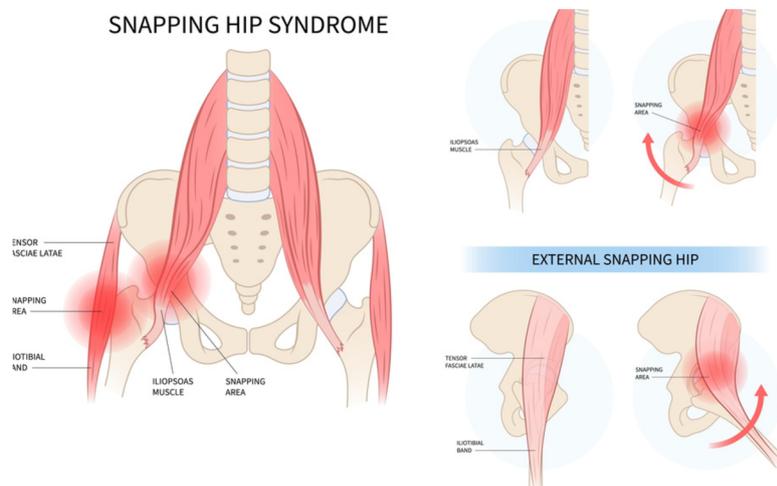
Los procedimientos quirúrgicos para tratar el síndrome de la cadera "en resorte": pueden realizarse mediante un abordaje abierto o artroscópico, pero este último suele ser la opción preferida por los cirujanos especializados en la cirugía de preservación de cadera. Otros problemas de cadera pueden coexistir con este síndrome, por lo que el tratamiento quirúrgico de los mismos también puede ser necesario.

QUÉ ESPERAR DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

La recuperación tras una intervención artroscópica suele ser más rápida que tras una intervención abierta y, por tanto, la reanudación de las actividades también es más fácil. La reincorporación al deporte dependerá también de los resultados de la operación, y el cirujano encargado de la cirugía de preservación de cadera y el fisioterapeuta proporcionarán asesoramiento.

Es posible que durante los dos o tres primeros meses se limite el apoyo del peso corporal y las actividades, lo que variará de un cirujano a otro y dependerá de los resultados de la operación y de las técnicas aplicadas.

La fisioterapia puede comenzar después de la intervención, aumentando gradualmente la amplitud de movimiento, la estabilidad, la fuerza, la movilidad y la función durante un periodo de hasta seis meses, dependiendo de la intervención quirúrgica realizada y de los objetivos individuales.



For further information about ISHA - The Hip Preservation Society, how to find an experienced hip preservation surgeon or physiotherapist, or to make a donation, visit www.ishasoc.net. Charity registered in England and Wales, number 199165.