

Emilio L. JUAN GARCÍA

MÉDICO ESPECIALISTA Y DIRECTOR DEL INSTITUTO ARAGONÉS DE LA RODILLA (INAROD)

«La valoración global de la rodilla obtiene resultados inmejorables»

M EL PERIÓDICO
monograficos@aragon.elperiodico.com

El doctor Emilio L. Juan García, médico especialista en Cirugía Ortopédica y Traumatología, y fundador y director desde hace dos años del Instituto Aragonés de la Rodilla (INAROD), nos explica las lesiones de rodilla más comunes entre los deportistas y sus medios de diagnóstico y tratamiento, ámbito en el que Aragón es actualmente una referencia nacional.

-¿Cuáles son las lesiones de rodilla más frecuentes entre los deportistas?

-Las más frecuentes son las de los meniscos y las de los ligamentos. Las lesiones de los ligamentos pueden ir desde las elongaciones o esguinces hasta las roturas totales. Además se pueden presentar asociadas roturas de 1 o 2 meniscos con roturas de 1 o más ligamentos. El tratamiento en un deportista será siempre la cirugía, cuando haya un menisco o un ligamento cruzado roto. En los niños, sin embargo, son más frecuentes las lesiones de los cartílagos de crecimiento, al ser todavía el hueso inmaduro y esta zona más débil.

-¿Cuáles son sus causas y con qué síntomas se manifiestan?

-La causa más frecuente son los traumatismos indirectos, es decir, gestos en los que el pie se queda fijo mientras gira el resto del cuerpo o se fuerza el valgo o varo de la rodilla. Cuanta mayor energía tiene el impacto, mayor número de estructuras se pueden lesionar. Así, por ejemplo, un futbolista hace un quiebro con los tacos clavados en el césped, un jugador de rugby, tenis o baloncesto frena bruscamente y la rodilla no soporta la inercia, un esquiador gira sobre su rodilla sin que se suelten las fijacio-

nes, etc. Por otro lado están también los traumatismos directos, que en mayor porcentaje producen fracturas óseas. La manifestación clínica más frecuente es el dolor, asociado o no a derrame, inestabilidad, chasquido, bloqueo o impotencia funcional según el tipo de lesión. Aunque el paso del tiempo mejore las molestias, no implica que se haya solucionado dicha lesión.

-Usted ha dedicado muchos años a la salud de los deportistas aragoneses. ¿Qué nuevas técnicas y tratamientos punteros han aparecido en los últimos años?

-No tiene ni comparación lo que se hace ahora con lo que se hacía hace unos años; para empezar, con algo tan habitual hoy en día como la artroscopia, que permite solucionar muchas cirugías de rodilla de forma prácticamente ambulante y sin muletas. Además, las investigaciones científicas, los trabajos de ingenieros y el desarrollo de nuevas técnicas hacen que podamos operar ligamentos cruzados sin necesidad de hacer incisiones en la piel (salvo las milimétricas de la propia artroscopia), o que podamos hacer injertos osteocondrales, tratar determinados problemas del cartílago, aplicar tratamientos con cámara hiperbárica, infiltrar plasma con factores de crecimiento, implantar células madre y condrocitos cultivados, etc. Todos ellos son tratamientos que mejoran indudablemente los resultados obtenidos y que obligan a estar continuamente actualizado, tanto en conocimiento como en habilidades.

-Colabora con el Hospital Viamed Montecanal de Zaragoza. ¿Qué supone para sus pacientes y los del centro hospitalario?

-Pues para que se haga una idea, estamos hablando del úni-



FABIÁN SIMÓN

El doctor Emilio L. Juan García, en su consulta médica de Zaragoza.

«Lo más importante es disponer de un equipo multidisciplinar de profesionales que puedan ver esta articulación desde todos los puntos de vista»

operamos en este centro, el Hospital Montecanal es un referente nacional en el diagnóstico y tratamiento de las lesiones de rodilla. Por todo ello estamos encantados con esta colaboración y con los resultados de los deportistas que acuden a nuestras consultas del INAROD, que es el fin de todos nuestros esfuerzos.

-¿Hay mucha diferencia entre los tratamientos de rodilla que realiza un médico a los que realiza un fisioterapeuta?

-La rodilla es una articulación que puede dar infinitud de problemas por muy diversos motivos, bien por lesiones sufridas, traumatismos, procesos inflamatorios, lesiones tumorales o simplemente problemas biomecánicos. Más que pensar en los medios que tiene un centro médico, una clínica o un fisioterapeuta determinado, creo que lo más importante es disponer de un grupo de personas especializadas y con suficientes conocimientos en la rodilla, tanto médicos, como no médicos, que puedan ver esta articulación desde todos los puntos de vista: traumatológico, inflamatorio, microbiológico, patológico, biomecánico, etc. Si además de todo esto, que te lleva a un diagnóstico acertado y no aproximado, aplicas el tratamiento también adecuado, con unos medios de alto nivel, consigues solucionar esa rodilla dolorosa que ha dado mil vueltas hasta llegar a nuestras consultas. Nosotros hemos creado el Instituto Aragonés de la Rodilla (INAROD) con un equipo de profesionales médicos de muy diversas especialidades y profesionales no médicos: ingenieros, podólogos, fisioterapeutas, especialistas en nutrición, etc., que ponen su granito de arena para solucionar cualquier problema de rodilla que pueda llegar a nuestras consultas.

-La medicina deportiva actúa habitualmente cuando ya se han producido la lesión, pero ¿puede hacer algo para prevenirla?

-¡Por supuesto! Son muchas las recomendaciones que doy a mis pacientes y muchas las recomendaciones que periódicamente transmiso en prensa deportiva. Invito a sus lectores a entrar en www.larodilla.es, una web donde pueden encontrar mucha información al respecto.

-¿Cuándo es recomendable acudir a un especialista?

-Sin duda al menor síntoma, siempre que haya un antecedente traumático. A veces, por desgracia, el retrasar la visita médica hace que un problema de fácil solución, pase a no tenerla o que sea mucho más compleja. Gracias a Dios la mayoría de traumatismos sobre la rodilla son de nula importancia, pero algunos de ellos nos pueden cambiar la vida para siempre. ≡

www.larodilla.es

Dr. Emilio Juan

Director del INAROD



INAROD

Instituto Aragonés de la Rodilla

976 23 16 16

C/ Sanclemente, 15



SU RODILLA EN LAS MEJORES MANOS