

## **"La rodilla es la parte de nuestro aparato locomotor que más castigamos y la más vulnerable"**

### [Multimedia](#)

**“El principal reto actual de la Cirugía Ortopédica es la reparación de las condropatías o lesiones del cartílago, un tejido sin capacidad regenerativa cuyo desgaste es una de las principales causas de dolor de rodilla”, afirma el traumatólogo Fernando Sáez Aldana. “Mantener un peso corporal adecuado elimina el principal factor de riesgo de desgaste que podemos controlar”, asegura la traumatóloga Victoria Martínez Galarreta**

El próximo martes 12 de abril, los traumatólogos Fernando Sáez Aldana y Victoria Martínez Galarreta del Hospital Viamed Los Manzanos ofrecerán la segunda Aula de Salud del nuevo ciclo que comenzó el pasado mes. Con más de diez años de experiencia, los pioneros traumatólogos impartían una charla bajo el título *Causas más frecuentes de dolor de rodilla. Conoce las patologías más comunes en todas las etapas de la vida y su tratamiento*, y que se desarrollará en el Salón de Actos de la Fundación CajaRioja-Bankia, en Gran Vía 2, a las 20:00 horas con entrada libre hasta completar aforo y contará con un traductor para el lenguaje de los signos.

“Las causas más frecuentes del dolor de rodilla son distintas en las tres etapas de la vida –explica el traumatólogo Fernando Sáez Aldana–, además de los traumatismos, que pueden causar gonalgia (dolor de rodilla) en cualquier edad, en la infancia y adolescencia las causas más frecuentes son trastornos del desarrollo y el crecimiento y desalineaciones del aparato extensor. En el adulto joven y físicamente activo, lesiones extraarticulares e intraarticulares, y en el adulto mayor y el anciano la patología predominante es la degenerativa, como la artrosis”.

“La mayoría de los pacientes que acuden a nuestra consulta por dolor de rodilla se encuentran entre la cuarta y la séptima década de su vida, los más jóvenes generalmente en relación con una actividad física”, afirma la traumatóloga Victoria Martínez Galarreta, quien añade, “salvo en los casos de lesiones traumáticas agudas como fracturas y meniscales o ligamentosas, con indicación indudable de tratamiento quirúrgico, la mayoría de las dolencias de rodilla deben tratarse primero con medios conservadores”.

“Tratamientos como el reposo o la modificación de la actividad física, medicación sintomática (analgésicos y antiinflamatorios orales), fármacos condroprotectores, infiltraciones (convencionales o con plasma rico en factores de crecimiento) y fisioterapia”, apuntan los especialistas. “Cuando el dolor no responde a estos tratamientos y limita la actividad del paciente empeorando su calidad de vida es

el momento de plantear la intervención quirúrgica”, afirman.

#### Avances de la cirugía y retos

En palabras de los traumatólogos Galarreta y Aldana, “en las últimas décadas los avances de la cirugía de la rodilla han sido extraordinarios, sobre todo gracias a la artroscopia y a la sustitución articular. La cirugía artroscópica permite reparar lesiones meniscales, ligamentosas y del cartílago articular a través de abordajes mínimos con excelentes resultados y recuperación rápida”. Además, añaden, “las prótesis de rodilla permiten al paciente con artrosis dolorosa invalidante recuperar una vida activa libre de dolor”.

#### La rodilla, la mayor de nuestras articulaciones y la más vulnerable

En palabras de Sáez Aldana, “la rodilla es la parte de nuestro aparato locomotor que más castigamos. Aparte de ser la mayor de nuestras articulaciones también es la más vulnerable por las constantes sollicitaciones mecánicas a la que la sometemos en nuestra actividad cotidiana, que se multiplican en la deportiva”. Además, añade el especialista, “el cartílago articular, cuyo deterioro es la causa más frecuente de dolor, sufre por igual en el corredor de fondo delgado que en el obeso sedentario”.

El Hospital Viamed Los Manzanos referente en traumatología en La Rioja ha implantado dos nuevas técnicas lideradas por la traumatóloga Victoria Martínez Galarreta que suponen grandes avances en sus respectivos campos: la sustitución articular con prótesis personalizadas o «a medida» y la reparación de la rotura del ligamento cruzado anterior con hemiinjerto de tendón cuadriceps. Ambos procedimientos, punteros en la traumatología española y con excelentes resultados, sitúan a Los Manzanos en la vanguardia de estos avances terapéuticos.

---