

EL CANELL

29 maig, 2017



Parlem del canell i les dues lesions més habituals en la pràctica del futbol en relació aquesta part del cos. Bàsicament es produeix o un esquinç o un trencament del canell.

ESQUINÇ DE CANELL:

El diagnòstic d'un esquinç de canell passa des d'una afectació global (l·ligaments de l'articulació del carpià o metacarpià) o localitzat.

Els símptomes que tindrem serà dolor dorsal, sensació de inestabilitat i com un cruixit en certs moviments, limitació de la extensió total del canell, o inflamació.

Un esquinç de canell es produeix quan hi ha una caiguda sobre la palma de la ma amb una posició híper estesa o bé, per una flexió o torsió violenta.

El millor tractament es aplicar fred (gel) en les hores següents a la lesió, immobilitzar la zona i col·locar el braç en alt per evita un edema (acumulació de líquid). És convenient moure els dits. Als deu dies aproximadament realitzar massatge drenant, mobilització activa i sense resistència, i quan disminueixi el dolor començarem amb exercicis de potenciació muscular. Com a mesura de prevenció, utilitzar un equip embenat de protecció, realitzar un escalfament i després un estirament apropiat i aprendre una tècnica de caiguda adequada.

FRACTURA DE CANELL:

El diagnòstic pot ser divers, des de la **fractura de Colles**

(fractura complerta del terç distal del radio), a la **fractura de «tall verd»** (l'os està trencat, però el periosti està intacte) o la **fractura de Rodet** (coneguda com la fractura de la «canya de bambú», el os es retorça però no es trenca). Aquestes fractures només passen en els nens, ja que els seus ossos són més flexibles que els dels adults. Quant es produeix una fractura de canell, el símptoma es dolor, inflamació i blaus al canell lesionat; el dolor empitjora al agafar o estrènyer alguna cosa; debilitat i pèrdua de sensació u formigueig a la mà o canell lesionat; dificultat per moure el canell, la mà o els dits; canvi en la forma del canell.

El canell es fractura com a resultat d'una caiguda sobre la mà estesa. També pot originar-se per un cop directe amb un objecte dur. Algunes condicions mèdiques, com la osteoporosi (ossos fràgils) poden augmentar la probabilitat de que es trenqui el canell.

El tractament potser conservador (immobilització amb guix o fèrula) o més agressiu (cirurgia). Dependrà de la estabilitat el focus fracturat i de les possibles seqüeles funcionals. És possible que la administració d'algun medicament per alleujar el dolor. És possible també que es recepti algun antibiòtic i alguna vacuna antitetànica si hi hagut ferida a la pell.