

LA SÍNDROME COMPARTIMENTAL CRÒNICA

9 juny, 2017



músculs del cos s'agrupen en compartiments que estan envoltats en un teixit conjuntiu que fa de funda dels mateixos i que s'anomena **fàscia**. Quan fem un exercici els músculs treballen i reben un major flux sanguini, augmentant el seu volum, i en alguns casos en els que l'esportista repeteix un gest una i altre vegada, pot aparèixer el dolor en relació amb l'exercici, degut a un procés en els que la pressió dins del compartiment és superior a la normal.

És un complex procés en el qual aquest augment de pressió intracompartimental només es produeix quan es realitza un esforç i en un determinat grup muscular. Amb el repòs la pressió es normalitza, i el dolor desapareix.

Els compartiments d'aquesta síndrome més habituals són els de la cama, sobre tot als futbolistes, i el braç, als pilots de motociclisme. La síndrome compartimental crònica posterior de la cama es dona més en els jugadors que més corren. El dolor que es localitza al panxell no permet continuar amb la carrera i fa necessària l'aturada. El dolor va apareixent amb el temps i empitjora si es persisteix en l'exercici, millorant una estona després d'aturar-se. Pot ser *superficial* quan afecta al compartiment que allotja als **músculs bessons**, o *profund*, si afecta al **soli**, al tibial **posterior** i als **flexors**.

En futbolistes o marxadors es veu amb freqüència aquesta síndrome compartimental, degut al compromís que pateix el múscul tibial anterior que fa extensió del turmell en cada pas que es dona al córrer o al marxar.

En fases inicials el tractament conservador pot ser útil,

abans de que sigui realment un problema crònic. Pot ajudar el massatge i els estiraments, el repòs relatiu del grup muscular, el fred, i alguna altre tècnica de fisioteràpia.

Quan la síndrome compartimental és crònica requereix un tractament quirúrgic que consisteix en una fasciotomia. En aquesta intervenció la fàscia és oberta per que deixi de comprimir al múscul afectat. Mitjançant petites incisions s'obre la fàscia i el procés de recuperació és relativament ràpid, una vegada retirats els punts es pot començar amb l'exercici de nou de forma progressiva. Els resultats són bons i només en alguns casos es produeixen recidives.