

PINÇAMENT POSTERIOR DEL TURMELL

26 octubre, 2017



Aquesta lesió és relativament freqüent en el futbol. El jugador acudeix a la Mutualitat referint-se a un dolor en la regió del taló sobre tot quan dona un cop a la pilota o a l'hora de la recepció en el salt.

L'anomenat "Os Trigonum" o síndrome de pinçament posterior del turmell és una formació òssia, és a dir, un creixement d'os, en el os que es troba just per sota de la tibia en el turmell: l'astràgal. Això passa, perquè l'astràgal en la seva forma té un procés que sobresurt en la part posterior. Al costat d'aquest procés existeix un canal, pel qual descendeix el múscul flexor propi del primer dit del peu.

En aquesta zona, entre el procés que sobresurt i el canal per on descendeix el múscul, els teixits estan una mica atapeïts, i quan es produeix el moviment de flexió plantar forçada repetides vegades es lesionen els mateixos (teixits).

Amb aquest mecanisme repetitiu es comença a endurir el teixit, tant que es solidifica en el procés creant una massa dura, com a resposta a una tensió excessiva sobre els teixits i a una inflamació continuada en el temps.

Cóm identifiquem l'Os Trigonum?

Mitjançant la imatge que ens mostra una radiografia. D'aquesta manera s'identifica l'os Trigonum com un creixement en forma de pilota petita en la part posterior de l'astràgal



Tractament:

Existeixen dos tipus de tractament d'aquesta síndrome de pinçament posterior del turmell: el conservador i el quirúrgic:

- El tractament conservador consisteix en el repòs i immobilització del peu afectat, l'aplicació d'un tractament amb antiinflamatoris, mobilització suau dels teixits, massatge de drenatge limfàtic i les infiltracions de cortisona a l'àrea afectada.
- Però, aquest tractament conservador a vegades no funciona (sobre tot en esportistes que porten les seves capacitats a l'extrem), i és necessari recórrer al tractament quirúrgic, que consisteix en l'artroscòpia, on s'elimina aquest creixement de l'os.