

LESIÓ DEL LABRUM GLENOIDE

12 març, 2018



Per començar, direm que el labrum glenoide és un anell de teixit fibrós que s'adjunta a la vora de la glenoides (depressió de l'escàpula de l'espatlla on el cap de l'húmer s'assenta. La funció del labrum glenoide és la d'augmentar la profunditat de la cavitat de l'espatlla creant així una estabilitat major en l'articulació d'aquest membre. Els lligaments glenohumerals, com la càpsula de l'espatlla es subjecten en el labrum glenoide.

Com es lesiona

El labrum es lesiona en esportistes que fan llançaments de pilotes (beisbol, porters de futbol,...) i en esportistes que pateixen caigudes utilitzant la mà al terra (futbolistes). Per tant:

- Amb llançaments repetitius per damunt del cap.
- Amb aixecament d'objectes pesats per sota de l'alçada de l'espatlla o agafant objectes pesats.
- Amb caigudes sobre un braç estès.

Les lesions del labrum es classifiquen com a superiors o inferiors, és a dir, per sobre o per sota de la glenoides.

Quins són els símptomes

- Espatlla dolorosa, el dolor no pot ser localitzat en un punt concret.
- El dolor és més fort amb activitats que comporten la situació dels braços per sobre de l'alçada del cap o quan el braç es troba darrera de l'esquena.
- Inestabilitat de l'espatlla.
- Dolor amb una flexió de bíceps resistida (flexió del

colze contra resistència)

- Sensibilitat en la part frontal de l'espatlla.

Com es tracta

- Repòs.
- Teràpia amb fred (aplicació de gel) per reduir el dolor i la inflamació.
- El metge pot prescriure fàrmacs (antiinflamatoris no esteroides, com l'ibuprofè).
- Programa complert i gradual de rehabilitació per restablir la funció del tot.
- Les lesions inestables requereixen cirurgia per tornar a adjuntar el labrum a la glenoides.
- Les lesions de Bankart lesions requereixen cirurgia.
- Qualsevol inestabilitat de l'espatlla s'ha d'abordar.
- Generalment, després de la cirurgia de l'espatlla es mantindrà amb un arnés durant unes 3 o 4 setmanes.
- Després unes 6 setmanes es poden començar a realitzar entrenaments esportius específics, però la plena aptitud s'aconsegueix als 3 o 4 mesos.