

COM ES RECUPERA UNA FRACTURA DE TÍBIA I PERONÉ

21 agost, 2018

El tractament adequat per una fractura de tibia i peroné és molt important per que la recuperació sigui bona. En moltes d'aquestes fractures serà precis la cirurgia per estabilitzar el trencament dels ossos.

Començarem dient que la fractura de tibia i peroné és una lesió freqüent en traumatismes d'alta energia produïda al futbol amb entrades molt dures, amb una gran força, que fins i tot, traspassen la protecció de les pròpies canyelleres. Sortides amb els peus per davant de porters, entrades fortes a la zona de la part baixa de la cama... Quan es produeix és molt important una correcta avaluació de la fractura per realitzar el millor tractament i garantir una bona recuperació final.

Ja sabeu que la tibia i el peroné són els ossos que formen la cama, des del genoll fins al turmell. La tibia és molt més gran i forta estructuralment que el peroné. Permeten la transmissió de forces des del genoll fins al turmell i d'aquesta forma participa molt activament en la marxa.

En els casos de traumatismes directes sobre la tibia o el peroné, o en els casos de traumatisme indirectes com caigudes, es pot produir una fractura de tibia i/o peroné. Poques vegades es trenca només la tibia per la transmissió de forces.

Les fractures de tibia es classifiquen pel seu lloc de localització:

- **Fractura de la meseta tibial:** Aquestes fractures afecten a la part més pròxima al genoll.
- **Fractura diafisiària:** Localitzades en la part mitjana de l'os.
- **Fractura distal:** A la part baixa de l'os, pròxima al

turmell. S'anomenen també fractures de piló tibial.

A part de la localització, altre aspecte a valorar és el tipus de traç de la fractura. Segons la complexitat de la fractura es classifica com fractura de tibia i peroné en tipus A / B / C.

Degut a que la tibia té poca cobertura de pell, musculatura,... és freqüent que en certes fractures es produeixi una exposició de l'os a l'exterior, el que es coneix com una **fractura oberta de tibia**. Aquestes es classifiquen en tipus I / II / i III, tenint en compte el tipus i mida de la lesió cutània.

Diagnòstic d'una fractura de tibia i peroné

El diagnòstic es realitza inicialment per l'exploració física. S'evidencia un dolor important, deformitat de l'extremitat i impossibilitat de carregar el peu a terra. És important valorar si existeix una lesió de pell que pugui condicionar el diagnòstic de fractura oberta. També és important valorar els polsos per descartar una lesió vascular.

S'ha de realitzar una radiografia de l'extremitat per valorar el tipus i localització de fractura de tibial i peroné. En certs casos si la fractura és proximal o distal, o existeix petits fragments trencats es recomana completar l'estudi amb un TAC.

Tractament de la fractura de tibia i peroné

Inicialment s'aconsella realitzar un tractament mitjançant la immobilització de la cama per estabilitzar la fractura.

En el cas de fractures tancades s'aconsella una fèrula de guix. En cas de fractures obertes de grau II o III s'aconsella un fixador extern mitjançant una primera cirurgia per correcte tractament de les parts toves.

Al mateix temps, s'inicia un tractament antibiòtic en fractures obertes per prevenir la infecció òssia.

Tractament definitiu

En les fractures no desplaçades es pot realitzar un tractament amb guix. Es realitza una immobilització durant 4 setmanes amb guix i posteriorment es pot canviar a un altre sistema més funcional.

Actualment el tractament més recomanat per aquest tipus de fractura és el tractament mitjançant cirurgia. Seria una segona operació, després de fixar els ossos pel correcte tractament de les parts toves. El clau endomedular permet l'estabilització de la fractura i una ràpida recuperació de la mateixa. Es realitza una incisió a la zona del genoll per aconseguir la introducció d'un clau que anirà bloquejat.

Amb fractures més proximals o distals també es podent utilitzar les plaques d'osteosíntesi percutànies per l'estabilització del tractament.

Recuperació de fractura de tíbia i peroné

La recuperació funcional de la persona amb aquesta fractura depèn molt del tipus de fractura, l'estat de les parts toves o la pell i el tractament que s'hagi realitzat.

En general les fractures més complexes amb més fragments ossis, així com les obertes, requereixen d'una recuperació molt més llarga.

Les fractures més simples es recuperen molt abans. En general es poden realitzar les següents recomanacions per la recuperació després d'una cirurgia de fractura de tíbia.

El temps d'immobilització pot anar des dels 5 dies fins als tres mesos sense carregar el peu a terra depenent de la dificultat de la fractura. A partir d'aquest moment és molt important la rehabilitació i anant carregant el peu progressivament. Durant el període d'immobilització és bàsic fer una sèrie d'exercicis per no perdre la musculatura del

genoll.