

AVULSIÓ DEL TENDÓ ADDUCTOR DE LA CUIXA

19 juny, 2023

Els adductors són un grup de músculs a l'engonal que uneixen el pubis amb el fèmur i funcionen per moure el membre inferior cap a la línia mitjana del cos i rotar la cuixa cap a dins (gir intern). Quan es lesionen, poden ser una font de dolor. Però, l'articulació del maluc és complexa i el dolor a l'engonal sovint és causat per lesions d'ossos i teixits tous.

Quina és la causa del trencament de l'adductor del maluc?

Un trencament de l'adductor és causada per la tensió a l'engonal com a resultat d'una contracció muscular sobtada com la que podria acompanyar a un canvi ràpid de direcció com pivotar, o una acceleració ràpida com córrer. Això pot estirar massa o esquinça els músculs. El joc més comú de lesió és la unió entre el múscul adductor i el tendó. El múscul adductor llarg, que porta a la cuixa cap a la línia mitjana és el múscul més comunament lesionat.

Les lesions de l'engonal són comunes en esports com el futbol i comporten uns tres mesos fora dels terrenys de joc. Entre tots els esports, les distensions dels adductors són les lesions més comunes i representen quasi el 25% de totes les lesions de maluc.

Factors de risc pel trencament de l'adductor del maluc

Els factors de risc inclouen una lesió prèvia de maluc o engonal, edat, músculs dèbils, fatiga muscular, disminució del rang de moviment i estirament inadequat dels músculs adductors. A més, investigacions recents suggereixen que existeix una predisposició genètica a les anormalitats del maluc que contribueixen els trencaments de l'adductor.

Síntomes de trencament d'adductor de maluc

La tensió del maluc a l'engonal i el dolor relacionat representen el 5-6% de totes les lesions esportives. Les distensions musculars de l'engonal es classifiquen segons la seva gravetat. El grau 1 causa una mica de dolor i sensibilitat, però l'estirament i l'esquinçament són mínims. Grau 2 és un trencament parcial que causa dolor, sensibilitat, hematomes i debilitat muscular. Grau 3 és un trencament sever amb dolor significatiu, hematomes i debilitat muscular. Grau 3 és un trencament sever amb dolor significatiu, hematomes, pèrdua de força muscular i rang de moviment. En els casos més greus, l'esportista pot experimentar una sensació d'espetec quan es trenca el tendó i una pèrdua completa de la funció muscular.

¿Com es diagnostica un trencament d'adductor de maluc?

Mitjançant un examen físic, provarà la força muscular. Poden

estar presents hematomes i inflamació en lesions moderades i greus. Les imatges de rajos X inicials ajudaran a avaluar la causa del dolor i la tensió de l'adductor, descartarà altres possibles causes de dolor a l'engonal. Una ressonància magnètica mostrarà un augment del senyal a l'etil de la lesió i un possible tendó retret (quan hi ha un trencament de grossor complet). Es pot emprar ultrasò per visualitzar els tendons, músculs i lligaments.

¿Com és el tractament d'un esquinçament de l'adductor de maluc?

Els millors resultats s'obtenen quan es tracta dintre de les 24 a 48 hores posteriors a la lesió. La majoria de les lesions adductores es tracten amb mesures conservadores que inclouen repòs, aplicació de gel, compressió, elevació, medicaments antiinflamatoris i després de 48 hores, estiraments suaus i exercicis d'enfortiment. Però, la progressió depèn del dolor. La fisioteràpia pot estar indicada. Quan sigui necessari, les injeccions sota guia d'ultrasò poden millorar la sensació la condició. En general, la curació d'una lesió grau 2 pot prendre de 3 a 6 setmanes. La curació d'un trencament de grau 3 pot arribar als quatre mesos.

Un trencament de Grau 3, com a ruptura traumàtica del tendó adductor llarg, pot requerir cirurgia. Quan també hi ha una lesió per avulsió, la qual cosa significa que el tendó s'esquinça junt amb un fragment d'os, es pot considerar una cirurgia per tornar a col·locar el tendó i l'os. La cirurgia pot recomanar-se per esportistes actius i professionals quan les mesures conservadores no alleugen el dolor, o si el temps perdut pel tractament conservador és massa costos per l'esport. El procediment implica tornar a unir el múscul a l'os.