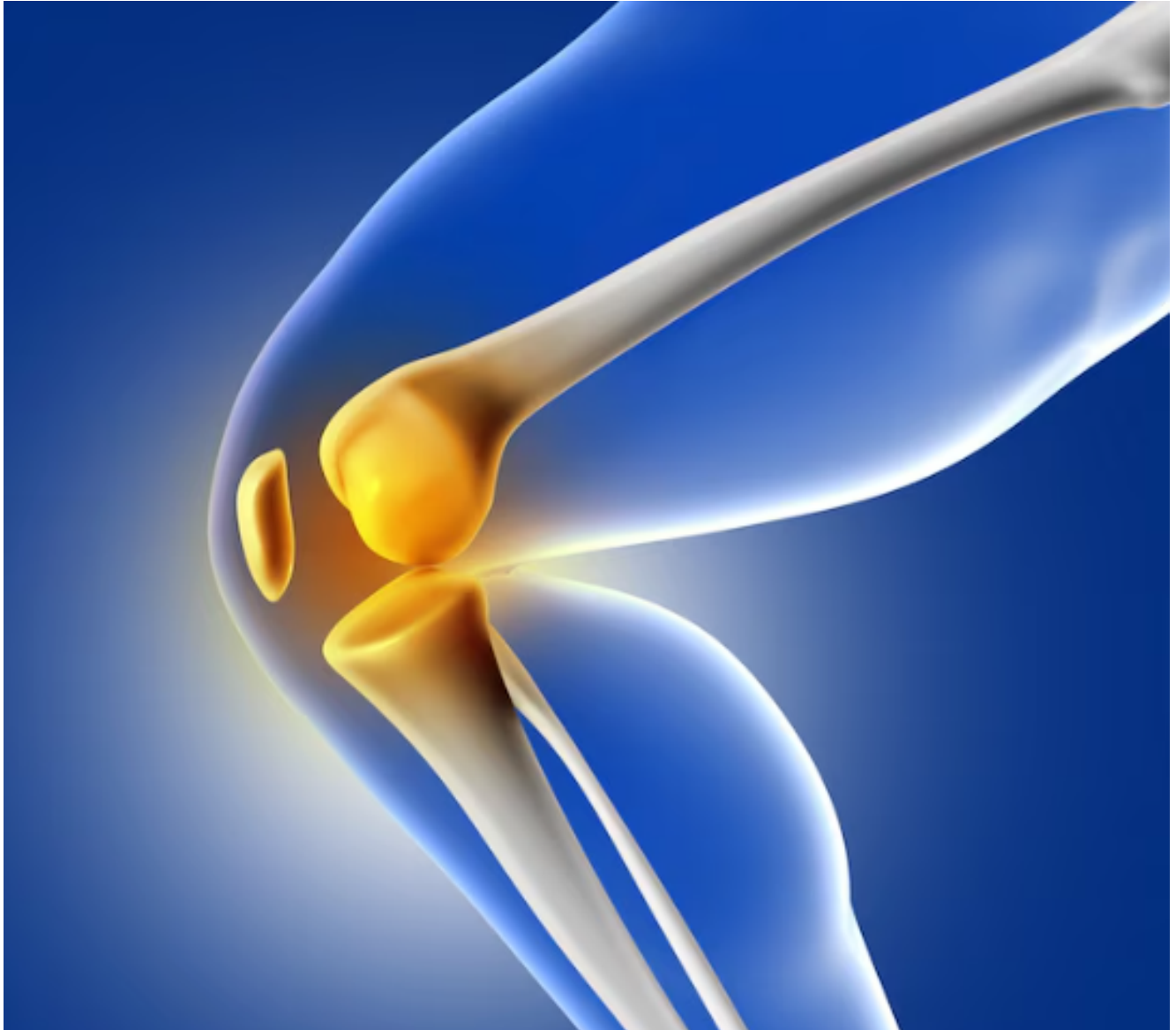


LA IMPORTÀNCIA DEL CARTILAG ARTICULAR

31 març, 2025



El cartílag és una estructura clau en l'articulació del genoll. Es tracta d'un teixit suau i rel·liscant que recobreix els extrems dels ossos on aquests es troben, com és el cas del fèmur, la tibia i la part posterior de la ròtula. Sembla simple, però és fonamental pel moviment i la salut del genoll.

El cartílag articular

El cartílag articular és un teixit suau de textura llisa que recobreix els extrems dels ossos en l'articulació del genoll:

el fèmur, la tíbia i la part posterior de la ròtula. Compleix un paper fonamental crucial en facilitar moviments sense fricció ni dolor.

Funcions essencials del cartílag al genoll

Aquest cartílag tenen varies funcions fonamentals:

- **Redueix la fricció:** Permet que els ossos rellisquin suaument entre sí.
- **Esmorteix impactes:** Absorbeix la pressió generada per activitats com caminar, córrer o saltar.
- **Distribueix càrregues:** Per exemple, al pujar escales, el cartílag suporta fins tres vegades el seu pes corporal.

Composició del cartílag articular

Científicament, el cartílag està format per:

- **Condròcits:** Cèl·lules especialitzats que mantenen i reparen la matriu del cartílag.
- **Matriu extracel·lular:** Rica en col·lagen i proteoglicans, que aporten elasticitat i resistència.

És important destacar que el cartílag no té vessaments sanguinis ni nervis, la qual cosa significa que la seva capacitat de regeneració és limitada. I aquest és un greu problema si arriba.

Quan un cartílag es danya

El desgast portar a una artrosi, on els ossos comencen a fregar-se sense aquest 'coixinet' natural. I això pot comportar:

- **Dolor persistent.**
- **Inflamació.**

▪ Pèrdua de mobilitat

Aquests problemes afecten greument la qualitat de vida, per la qual cosa és fonamental protegir aquest teixit des d'edats primerenques