

INSTITUTO ARAGONÉS DE LA RODILLA, LOS MENISCOS: ¿Qué son, por qué se rompen y por qué hay que operarlos?

En la página de hoy, os quiero explicar de una manera lo más clarificante y sencilla posible, lo que son los meniscos, por qué se rompen y por qué hay que operarlos cuando se han roto.

Los meniscos son unas estructuras fibrocartilaginosas, presentes en la rodilla, comparables con unos "aros de calamar", casi circulares y de consistencia muy parecida, de sección triangular, con una parte superior cóncava y una parte inferior plana. Su principal función es impedir el contacto directo del fémur con la tibia, a fin de facilitar los movimientos de la articulación y de evitar el desgaste que supondría una fricción directa de las superficies de ambos huesos.

En cada rodilla hay dos meniscos: un Menisco Interno, que tiene una forma de C; y un Menisco Externo, cuya forma puede compararse a una O.

LOS MENISCOS DAN ESTABILIDAD Y PROTEGEN LA RODILLA

Esta forma en C-O y su sección triangular son fundamentales al actuar como una especie de almohadillas, resistentes pero no rígidas, brindando mejor congruencia a los huesos, distribuyendo las fuerzas y las presiones.

Uno de los graves problemas de los meniscos es su vascularización. El hecho de que sean estructuras cartilaginosas hace que la irrigación sanguínea sea muy escasa y por ese motivo la capacidad de cicatrización de los meniscos cuando se lesionan es prácticamente nula.

¿POR QUÉ SE ROMPEN LOS MENISCOS?

A pesar de que los meniscos sean unas estructuras fibrocartilaginosas, no rígidas y con relativa elasticidad, no es infrecuente que se lesionen. Un movimiento forzado, violento o no violento de la rodilla, especialmente si la articulación se encuentra semiflexionada, puede provocar lesiones de distinto tipo, como una desinserción, un desgarro o una rotura de los mismos. Esto se da con especial frecuencia en la práctica deportiva, por ejemplo cuando un futbolista u otro deportista,

gira bruscamente mientras el pie continúa fijado al suelo por la bota, lo que provoca un movimiento de rotación del fémur sobre la tibia con el menisco interpuesto entre ambos. Sin embargo, también puede ocurrir en cualquier situación de la vida cotidiana, como mientras caminamos por la calle y nos giramos por algo que nos llama la atención, o simplemente nos ponemos de cuclillas para atarnos los zapatos. Esto es así porque los meniscos no están fijos, sino que tienen cierta capacidad de moverse, desplazándose hacia delante y atrás para mantener una buena congruencia del fémur con la tibia.



¿POR QUÉ HAY QUE OPERAR LAS ROTURAS DE MENISCO?

Además de ser un complejo estabilizador, los meniscos tienen una misión protectora de las superficies articulares y con ello una función protectora del cartílago que rodea el hueso. Una rotura de un menisco, supone una pérdida de las funciones de dicho menisco en la zona donde se ha producido dicha rotura, desapareciendo la capacidad de protección y de estabilización en esa zona, con la desprotección del cartílago articular y la evolución desde ESE MISMO MOMENTO hacia la artrosis.

UN MENISCO ROTO SIEMPRE SE DEBE OPERAR

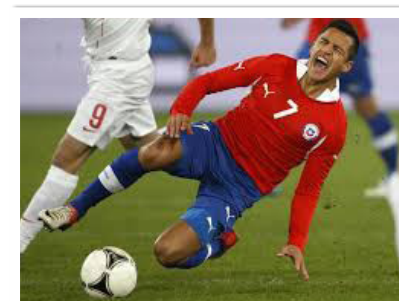
Existe la creencia de que tras la cirugía de menisco se produce una artrosis más rápida de la rodilla y eso es totalmente FALSO, y se debe a las técnicas quirúrgicas que se realizaban antiguamente, que consistían en la extirpación de todo el

menisco (la zona rota y la sana). Eso es algo que hoy en día NUNCA se hace. Hoy en día la cirugía de la rotura del menisco, se realiza por artroscopia, con 2 heridas milimétricas, con anestesia de solo la pierna, con alta clínica en 4-5 horas, andando y sin muletas y con 2 posibilidades básicamente: 1.- la SUTURA meniscal, siempre deseable, cosiendo la rotura del menisco y por lo tanto una vez cicatrizado vuelve a conseguir nuevamente su funcionalidad íntegra; aunque debido a su caprichosa irrigación solo determinados tipos de roturas meniscales se pueden coser. 2.- La MENISCECTOMÍA PARCIAL, que consiste en quitar solo y EXCLUSIVAMENTE la parte de menisco roto, dejando todo el resto de menisco sano.

EL MENISCO SE PUEDE ROMPER SIMPLEMENTE AL ATARTE LAS ZAPATILLAS

¿Por qué me tengo entonces que operar del menisco roto?. Independientemente del mayor o menor dolor que tengas, o incluso episodios de bloqueos articulares..., porque si no lo haces la articulación se te estropeará con mayor rapidez. En el caso de que la rotura pudiera ser suturable, con el tiempo se puede transformar en no suturable, la rotura puede aumentar de tamaño como si tiraras de un trapo que se empieza a romper o una carrera en una media y si el fragmento roto es además inestable, golpea en la flexo-extensión y la rotación contra el cartílago del fémur.

No lo dudes, si tienes el menisco roto. OPÉRATE.



Dr. Emilio Juan Traumatólogo y Coordinador del INAROD, desde su consulta de la calle Sanclemente

Dr. Emilio Juan

Médico Especialista en Cirugía Ortopédica y Traumatología
Director del Instituto Aragonés de la Rodilla (INAROD)



Nuestro compromiso su mejor garantía

SU RODILLA EN LAS MEJORES MANOS

www.larodilla.es

976 23 16 16

