

REHABILITACIÓN TRAS RECONSTRUCCIÓN DEL LCA CON PLASTIA H-T-H

REHABILITATION AFTER BONE-TENDON-BONE ACL PLASTIA

RESUMEN

Los protocolos de rehabilitación tras reconstrucción del LCA han sufrido notables transformaciones en las últimas décadas, desde los protocolos clásicos y conservadores de Paulos hasta los actuales y más agresivos de Beynnon. El proceso de reeducación ha de sustentarse en la evidencia científica en cada uno de los diferentes elementos que lo componen. Los protocolos acelerados actuales se basan en un período de enfriamiento y rehabilitación preoperatoria con el objetivo de conseguir un balance articular y muscular adecuados.

La reeducación postoperatoria se iniciará de forma precoz, con un buen control del dolor, buscando la rápida recuperación del balance articular, la carga completa y un refuerzo muscular intensivo inicialmente en cadena cerrada y a partir de la sexta semana en cadena cinética abierta, junto con un programa de reeducación neuromuscular propioceptiva. La utilización de técnicas de electroestimulación ayudará en las fases iniciales en la recuperación de los desequilibrios del balance muscular. Las ortesis desempeñan todavía un papel discutido durante el proceso de rehabilitación, pudiendo ser utilizadas en las primeras fases de rehabilitación para el mayor confort del paciente. Es fundamental la valoración y monitorización mediante los tests funcionales, las escalas de valoración funcional y los tests instrumentados isocinéticos. El cumplimiento de estas premisas minimizará las complicaciones (artrofibrosis, síndromes rotulianos y algodistrofia) permitiendo el retorno a la práctica deportiva al mismo nivel prelesional.

Palabras clave: Rehabilitación. Ligamento cruzado anterior. Plastia H-T-H.

SUMMARY

Rehabilitation protocols after ACL reconstruction has undergone remarkable transformations in recent decades, from the classic and conservative Paulos' protocols to the current most aggressive of Beynnon. The rehabilitation process must be supported by scientific evidence in each of the different elements that compose it. The current accelerated protocols are based on a period of cooling and pre-operative rehabilitation in order to achieve a suitable joint and muscle balance. The postoperative rehabilitation starts early, with good pain control, for the speedy recovery of the joint stock, the full load and intensive muscle strengthening initially using closed chain and from the sixth week open kinetic chain, along with a proprioceptive neuromuscular re-education program. The electromyostimulation techniques helps in the initial stages in the recovery of muscle imbalances. Orthoses still play a discussed role during the rehabilitation process and can be used in the early stages of rehabilitation for greater patient comfort. It is essential to the assessment and monitoring by the functional tests, functional assessment scales and isokinetic instrumented test. The fulfillment of these assumptions will minimize complications (Arthrofibrosis, patellar syndrome and reflex sympathetic dystrophy) allowing the return to sports at the same level before de injury.

Key words: Rehabilitation. Anterior Cruciate Ligament. Bone-Tendon-Bone ACL Plastia.

A. Sánchez Ramos^{1,2}

C. Fernández García²

G. Llorensí Torrent²

E. Pérez Pérez²

V. Sotos Borrás³

L. Til Pérez⁴

¹Servicio de Medicina Física y Rehabilitación Consorci Sanitari de Terrassa Barcelona
²Eurosport Servicio de Medicina Física y Rehabilitación Institut Universitari Dexeus Barcelona
³Servicio de Medicina Física y Rehabilitación Hospital San Jaime de Torrevieja Alicante
⁴Centro de Alto Rendimiento. Sant Cugat del Vallés. Consorci Sanitario de Terrassa. Fútbol Club Barcelona

CORRESPONDENCIA:

Angel Sánchez Ramos
Jaume Vidal 13. Sant Feliu de Llobregat. 08980 Barcelona
E-mail: angelsanchez@comb.es

Aceptado: 05.10.2009 / Revisión nº 216