

10/11/2008

Artrosis anticipada en deportistas y la Ozonoterapia



Hace unos años la artrosis era patrimonio de la tercera edad, considerada una enfermedad crónica, producida por deterioro del cartilago articular siendo un fenómeno degenerativo que tiene algunos factores que la predisponen, como el tipo de trabajo que realizaron, esfuerzos con sobrecargas, etc.

Hoy en día se observa ésta enfermedad alrededor de los 40 años ya no dependiendo de la edad ni del deterioro biológico, sino que aparecen nuevas causas que aceleran el proceso como es la mala o incorrecta práctica del deporte, el abuso, el sobre esfuerzo al que se someten algunas articulaciones ya sea una práctica con intensidad más allá de lo recomendado o con sobrecargas y están aquellas personas que hacen años que no practican deportes y quieren comenzar una actividad física por tener factores de riesgo o bajar de peso y comienzan sin una rutina controlada o en forma rápida en lugar de ser progresivo el entrenamiento. La artrosis es una enfermedad crónica, dura años y empeora con los años, si no se trata.

Características y síntomas

Dolor, limitación de los movimientos, rigidez, deformidades y con el tiempo limita la vida cotidiana, llegando a ser incapacitante.

Los deportes que más se ve ésta patología son el Fútbol, Rugby, Tenis, Voleibol, Salto etc., en especial los deportes de élite, aunque aquellos que hacen deporte recreativo suelen pasar por abuso y posterior artrosis.

Factores que influyen

- 1) Mecánicos, como tener una pierna más corta, realizar mal los gestos deportivos, mala postura, deformidades de los miembros, etc., son factores que alteran la biomecánica.
- 2) Intensidad, en deportistas de élite o recreativos con alta exigencia, durante varios años.
- 3) Deportivos. Según el deporte que practiquen, puede tener afectada una o más articulaciones.

Tratamiento

No es curativo, sino paliativo. Lo más importante es sacar el dolor y así puede mejorar su calidad de vida y ser útil en su actividad.

- *Antiinflamatorios, son efectivos pero con un efecto pasajero y con varios efectos colaterales.
- *Medicamentos estimuladores del cartilago. Mejorando el dolor y la funcionalidad (Condroitinsulfato, Glucosamina)
- *Fisiokinesioterapia y Ejercicios (natación, caminatas).
- *Ozonoterapia. Ampliaremos
- *Tratamiento Quirúrgico

Ozonoterapia en la artrosis

El tratamiento con ozono es mínimamente invasivo, se trata en consultorio y como terapia alternativa es efectiva en la Artrosis, reemplazando a los antiinflamatorios, corticoides, drogas que son de efecto momentáneo y con efectos adversos.

El procedimiento consta de infiltraciones intraarticulares y periarticulares, con agujas de pequeño calibre, habitualmente indoloro, no presentando efectos colaterales.

El ozono tiene propiedades analgésicas, modulador del proceso inflamatorio, lo que hace que al cabo de tres sesiones suele verse los beneficios y en muchos casos el efecto analgésico puede estar presente en la primera sesión, según el caso.

Otro efecto, es que mejora la circulación por vasodilatación y junto al mejoramiento del transporte del oxígeno, los tejidos son mejor irrigados favoreciendo la regeneración y mejor nutrición del cartilago afectado, logrando una mejoría de la sintomatología en forma duradera, con mayor movilidad articular (rara vez más de un ciclo de diez sesiones). El tratamiento oscila entre seis y diez sesiones.

Como el ozono se absorbe de la articulación pasa al resto del cuerpo, difundiéndose en forma rápida, activando vías metabólicas, estimulando el efecto antioxidante, desapareciendo el cansancio, con una sensación de bienestar general.

Autor: Norberto Debbag, cardiólogo argentino