



¿Qué es?

El labrum de la cadera es un anillo de cartílago que se encuentra en el borde exterior de la cavidad de la articulación de la cadera. Además de amortiguar la articulación de la cadera, el labrum actúa como un sello o una goma que ayuda a sostener la cabeza del fémur (que se encuentra en su extremo superior) de forma segura dentro de la cavidad de la cadera.

Los atletas que participan en deportes como hockey, básquet, fútbol, ballet, golf y rugby corren un mayor riesgo de desarrollar lesiones del labrum de la cadera. Las anomalías estructurales de la cadera también pueden producir un desgarro del labrum de la cadera (pincer, cam y displasia).

¿Cuáles son los síntomas?

Muchos desgarros del labrum de la cadera no causan signos ni síntomas. Algunas personas, sin embargo, tienen uno o más de los siguientes:

- **Dolor en la cadera o en la ingle**, a menudo empeorado por largos períodos de estar de pie, sentado o caminando
- **Una sensación de bloqueo**, crujido o trabado en la articulación de la cadera
- **Rigidez** o rango de movimiento limitado en la articulación de la cadera

¿Por qué se produce esta patología?

Un desgarro del labrum de la cadera puede deberse a lo siguiente:

- **Traumatismo.** Las lesiones o la luxación de la articulación de la cadera (que pueden producirse durante accidentes automovilísticos o en la práctica de deportes de contacto) pueden provocar un desgarro del labrum de la cadera.
- **Anomalías estructurales.** Algunas personas nacen con problemas de cadera que pueden acelerar el desgaste de la articulación y con el tiempo provocar un desgarro del labrum de la cadera (cam, pincer, displasia).
- **Movimientos repetitivos.** Las actividades deportivas y otras actividades físicas (como correr largas distancias, los movimientos de torsión o giro repentinos frecuentes en el golf o el basquet) pueden desgastar la articulación hasta ocasionar el desgarro del labrum de la cadera.

¿Cuáles son las complicaciones?

Una lesión del labrum de la cadera puede favorecer el desarrollo de osteoartritis en esa articulación en el futuro.

¿Cómo se llega al diagnóstico?

El médico preguntará antecedentes de dolor y de posibles causas de lesión del labrum.

Durante el examen físico, el médico moverá tu pierna, y especialmente la articulación de la cadera, en varias posiciones para comprobar si hay dolor y evaluar la amplitud de movimiento de la cadera. Podría, además, pedirte que camines.

La lesión del labrum de la cadera no suele suceder de manera aislada. En la mayoría de los casos, otras estructuras dentro de la articulación de la cadera también tienen lesiones (pincer y cam). Las radiografías son una excelente forma de visualizar los huesos. A través de ellas se pueden detectar fracturas y anomalías estructurales.

A su vez, una resonancia magnética puede ofrecer imágenes detalladas de los tejidos blandos de la cadera.

Se puede inyectar un medio de contraste en el espacio de la articulación de la cadera para lograr ver mejor la lesión del labrum.

¿Cuál es el tratamiento?

El tratamiento depende de la gravedad de los síntomas. Algunas personas se recuperan con tratamientos conservadores con kinesiología en unas pocas semanas; otras necesitan cirugía artroscópica para reparar la porción lesionada del labrum.

Kinesiología

Un kinesiólogo puede enseñarte ejercicios para maximizar la amplitud de movimiento de la cadera, así como la fuerza y la estabilidad de la cadera.

Cirugía y otros procedimientos

Si los tratamientos conservadores no alivian tus síntomas, tu médico podría recomendar cirugía artroscópica; en esta se inserta una cámara de fibra óptica e instrumentos quirúrgicos a través de pequeñas incisiones en la piel.

De acuerdo con la causa y la extensión de la lesión, el cirujano podría quitar el trozo de labrum lesionado o repararlo cosiéndolo de nuevo utilizando arpones.

Las complicaciones de la cirugía pueden incluir infección, sangrado, lesión nerviosa y síntomas recurrentes si la reparación no se cura adecuadamente. El regreso a los deportes puede llevar de semanas a meses.