



## ¿Qué es?

El pinzamiento de cadera se produce cuando la cabeza del fémur y la cavidad de la articulación de la cadera (acetábulo) no calzan de manera adecuada. El movimiento limitado daña el cartílago y puede provocar dolor y artritis en los adultos jóvenes.

En algunos casos, la cabeza está demasiado deformada con una joroba como para calzar adecuadamente dentro de la cavidad (cam). A veces, el borde exterior de la cavidad del acetábulo se extiende hasta el punto que cubre demasiado la cabeza (pincer). El pinzamiento de cadera también puede deberse a una combinación de estos dos problemas.

## ¿Cuáles son los síntomas?

La mayoría de las personas con pinzamiento de cadera sienten dolor en la zona de la ingle durante o después de una flexión de la cadera asociado a la rotación interna y en movimientos como al correr, saltar o permanecer sentadas durante mucho tiempo. También es posible que tengas dificultad para flexionar la cadera más allá de un ángulo recto.

## ¿Por qué se produce esta patología?

Es más frecuente en mujeres 3/1 alrededor de los 40 años de edad.

Se debe a una malformación al nacimiento que con el correr del tiempo estas superficies óseas prominentes comienzan a chocar y raspar entre sí produciendo la lesión del labrum.

De no tratar a tiempo esta patología terminará produciendo artrosis en el paciente afectado, requiriendo la colocación de una prótesis a edad temprana.

## ¿Cómo se llega al diagnóstico?

El diagnóstico se realiza mediante el examen físico en el cual el médico revisará la articulación afectada para detectar sensibilidad, movimientos dolorosos, evaluará la flexión y la rotación interna así también como limitaciones de la movilidad normal de la cadera.

Luego del examen físico se solicitarán radiografías complementarias y una resonancia magnética que permitirá identificar la lesión asociada del labrum acetabular. En algunos casos podría ser necesaria la colocación de contraste intraarticular para definir 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 corregir la deformidad a nivel del fémur y el acetábulo y a su vez poder reparar la porción lesionada del labrum en el caso de que la tenga asociada.

### 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 el cirujano podría emparejar la superficie ósea tanto de la cabeza del fémur como del acetábulo utilizando una fresa para poder quitar ese hueso sobrante que produce la sintomatología (osteoplastia). A su vez de presentar alguna lesión asociada a nivel del labrum, el cirujano podrá 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.

