

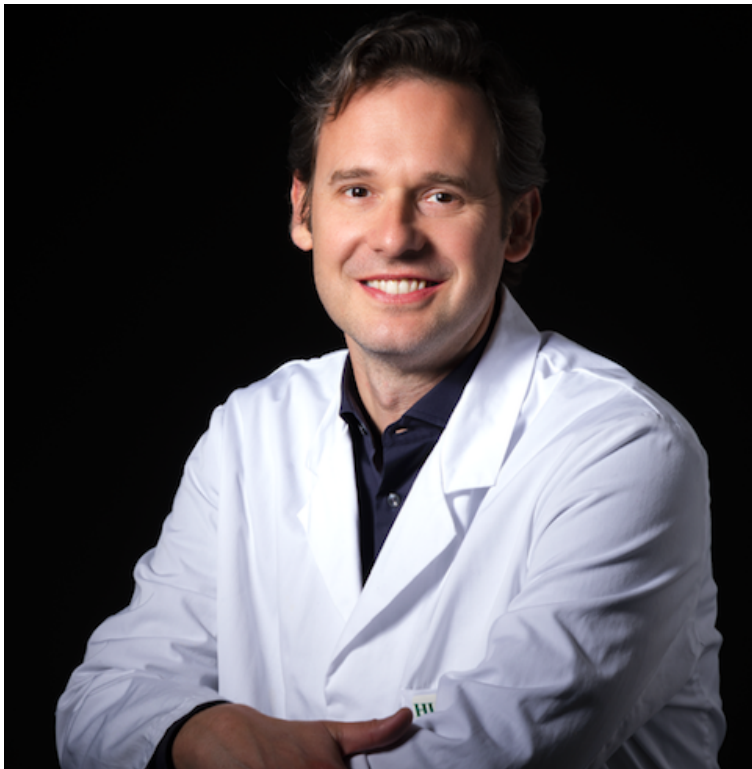
SaronnoNews

Caduta con gli sci? Attenzione alla lesione del legamento crociato

divisionebusiness · Monday, January 30th, 2023

Una **brutta caduta sugli sci** può interrompere bruscamente una domenica sulla neve o l'amata settimana bianca. A volte si tratta di un trauma al ginocchio che spesso si traduce in una grave lesione: la **rottura del legamento crociato anteriore (LCA)**, che porta a dolore, gonfiore e difficoltà di movimento. Molto importante, soprattutto nelle lesioni causate da attività fisica, è "prevenire" prestando attenzione ai movimenti eseguiti anche in caso di sport amatoriali e lavorando per mantenere un buon tono muscolare della gamba, che contribuisce alla stabilità dell'articolazione.

Ne parliamo con il dottor **Alessandro Quaglia**, medico di **Ortopedia e Traumatologia dello Sport** di **Humanitas Mater Domini** e del centro medico **Humanitas Medical Care di Arese**.



Per prima cosa, cerchiamo di fare chiarezza: che cos'è il legamento crociato anteriore?

E' uno dei quattro legamenti più importanti del **ginocchio**. A differenza degli altri legamenti, si trova al centro di questa articolazione e ne è il suo "perno" centrale. La sua principale funzione è assicurare la stabilità nei movimenti di flessione, estensione e rotazione.

Quali sono le cause della lesione del legamento crociato anteriore?

Questo tipo di lesione rappresenta uno dei maggiori traumi a cui incorrono gli sportivi, soprattutto che praticano sci e calcio. Tra le principali cause ci sono la rotazione forzata o un'eccessiva estensione del ginocchio.

L'entità e il tipo di lesione sono strettamente correlati all'intensità del trauma. Ecco perché si può presentare una lesione parziale o totale, alla quale si può associare anche il danneggiamento di altre strutture come la cartilagine, i menischi, i legamenti collaterali e il legamento crociato posteriore.

Quali sono i sintomi della lesione del legamento?

Tra i campanelli d'allarme più banali, ma ai quali prestare attenzione nel caso di un movimento errato del ginocchio, è il rumore che segue il trauma. A causa della lesione o della rottura del legamento crociato anteriore, infatti, può essere avvertito un rumore sordo, come di una corda che si rompe di netto.

Da lì, il ginocchio si gonfia e sembra cedere sotto il peso del corpo. In altri casi, invece, in assenza di sintomi, possono trascorre addirittura mesi prima che ci si renda conto della lesione.

Come si può curare questa lesione?

Per la diagnosi è fondamentale sottoporsi a una visita specialistica ortopedica, a seguito della quale possono essere richiesti approfondimenti strumentali, come radiografie o la risonanza magnetica.

Una volta accertata la lesione, a seconda della sua tipologia, dell'età e dello stile di vita della persona, lo specialista può indicare una cura conservativa o chirurgica

In caso di intervento, come avviene la ricostruzione chirurgica del legamento crociato?

L'intervento è indicato e consigliato a tutti i pazienti giovani, soprattutto a quelli che praticano sport e che non intendono fermarsi dopo l'infortunio. Questo perché proprio l'attività sportiva può esporre a un nuovo infortunio.

Oggi giorno, però, l'intervento chirurgico è indicato anche in paziente non più giovanissimi, ma con uno stile di vita ancora attivo.

L'intervento consiste nel ricostruire il legamento leso con un innesto o un trapianto. Nel primo caso, il tendine sostitutivo viene prelevato dal paziente o, nel secondo caso, più raramente, da un donatore di organi.

L'intervento chirurgico si esegue in anestesia loco-regionale e con **tecnica artroscopica**, ossia una **procedura mininvasiva** che permette di operare all'interno dell'articolazione senza dover praticare grandi incisioni, se non di pochi millimetri.

I vantaggi di questo tipo di intervento variano dal **minor del dolore post-operatorio** a **cicatrici**

cutanee meno visibili. A seguito dell'intervento, che ha l'obiettivo di stabilizzare il ginocchio, sarà poi necessario eseguire un percorso fisioterapico, con l'obiettivo di recuperare completamente la funzionalità del ginocchio.

This entry was posted on Monday, January 30th, 2023 at 6:44 am and is filed under [Salute](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.