Mía
España
10/11/26
Pr: Semanal (Miercoles)
Tirada: 91.758
Dif: 48.783
Cod: 187250457
Pagina: 24
Secc: OTROS Valor: 16.982,42 € Area (cm2): 285,2 Ocupac: 96,22 % Doc: 1/1 Autor: Num. Lec: 195132



¿SIENTES DOLOR O RIGIDEZ AL CAMINAR?

RESPUESTA: Caminar, subir las escaleras de casa, entrar al coche o un gesto tan cotidiano como ponerse los zapatos pueden volverse un mundo sin que nos demos cuenta. Esto ocurre cuando la artrosis de cadera avanza de forma silenciosa, una dolencia que ya afecta al 5,7 % de la población adulta española. Esta patología provoca un desgaste progresivo en la articulación que suele avisar con un dolor en la ingle, el muslo, el lateral de la cadera o la rodilla. A medida que progresa, aparece una rigidez que reduce la movilidad y entorpece el bienestar. Nuestro cuerpo es sabio y, para evitar el malestar, tendemos a cambiar nuestros hábitos casi de forma inconsciente. Como bien señala el doctor Diego Giménez, jefe del Servicio de Cirugía Ortopédica y Traumatología del Hospital Quirónsalud Murcia: "Una señal muy significativa aparece cuando el paciente comienza, casi sin darse cuenta, a adaptar su vida al dolor. Camina menos, evita determinadas actividades, utiliza el ascensor porque subir escaleras le resulta difícil o deja de hacer cosas que antes formaban parte de su rutina". Esta pérdida de autonomía afecta al ánimo de las personas mayores o de quienes sufren de obesidad y sedentarismo.

¿Cuándo es el momento adecuado para plantearse una prótesis de cadera?

La decisión de dar el paso hacia una cirugía nunca es fácil, pero se convierte en una opción real cuando el dolor se vuelve constante, persistente y aparece incluso en momentos de reposo o durante actividades muy habituales. El doctor Diego Giménez detalla algunas señales para valorarlo: "La dificultad para caminar determinadas distancias o permanecer de pie periodos prolongados". Cuando los tratamientos dejan de funcionar, la operación ofrece una oportunidad. Su indicación no depende solo de las radiografías, sino de la intensidad de los síntomas y de cuánto está limitando la artrosis la vida del paciente.



DIEGO GIMÉNEZ
Traumatólogo hospital Quirónsalud Murcia