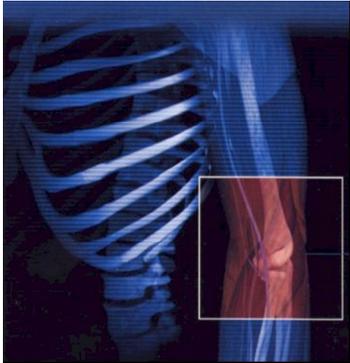


Lesiones por tipo de actividad: TENIS Y GOLF



Las lesiones más frecuentes son las afecciones tendinosas por sobreuso, mala técnica y equipo inadecuado. Ambos deportes comparten patologías tendinosas sobre la extremidad superior donde predominantemente encontramos lesiones tanto en el hombro (tendinosis del manguito de los rotadores) como en el codo (codo del tenista o del golfista). El mecanismo exacto de la falla en los tendones se presume ocurre por una disrupción mecánica de la colágena, la presencia de la cascada inflamatoria y alteraciones vasculares locales que finalmente reeditúan en una degeneración tendinosa. En el caso del tenis y por el mecanismo de la carrera, se presentan lesiones como esguinces de tobillo, patologías de la pierna o pantorrilla

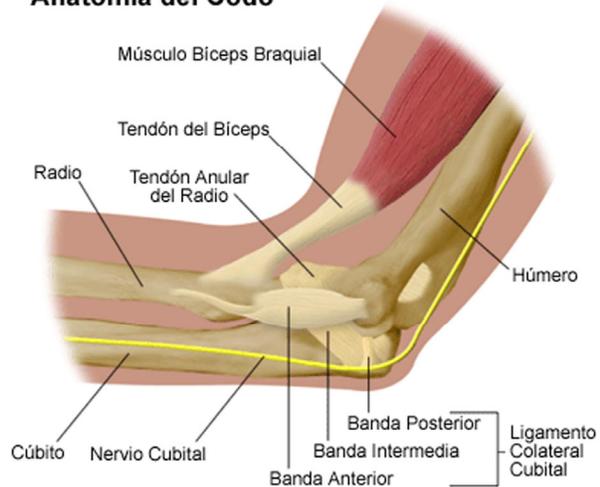
(ruptura del músculo gemelo interno, síndrome de estrés tibial medial y tendinosis Aquilea), afecciones sobre la rodilla como lesiones meniscales, del cartílago articular y condromalacia rotuliana.

EPICONDILITIS LATERAL O CODO DEL TENISTA

Existe dolor exquisito sobre la cara externa del codo, en la porción inmediatamente distal y anteromedial del epicóndilo. Se incrementa con la maniobra de extensión contra resistencia de la muñeca y el saludo de mano.



Anatomía del Codo



EPICONDILITIS MEDIAL O CODO DEL GOLFISTA

En este caso en dolor se ubica sobre la cara interna del codo, desde el epicóndilo medial inclusive 5 cm distales sobre el trayecto del origen común de la musculatura flexora. Se incrementa con la flexión contra resistencia de la muñeca y la pronación del antebrazo.





TENDINOSIS DEL MANGUITO DE LOS ROTADORES

El dolor se ubica sobre la proyección del troquíter. Puede estar asociado a degeneración (osteoartrosis) de la articulación acromioclavicular. La flexión y la abducción contra resistencia típicamente desencadenan dolor. El movimiento puede o no estar restringido. Existe debilidad predominantemente a la rotación externa y abducción de la articulación. Puede coexistir con inestabilidad aunque esta es más frecuente en deportes como la natación y el béisbol.