



LOS MENISCOS: ¿QUÉ SON Y POR QUÉ SE ROMPEN ?

Después de haber hablado en distintas ocasiones sobre la articulación de la rodilla, sus estructuras más importantes, etc , hoy hablaré sobre los meniscos, qué son estas estructuras y por qué se rompen. (Os recuerdo que si queréis ampliar o recordar información, podéis hacerlo en www.larodilla.es)

Los meniscos son unos pequeños cartílagos fibrosos que al tacto podrían parecer como un calamar, presentes en la rodilla, y cuya principal función es impedir el contacto directo del fémur con la tibia, a fin de facilitar los movimientos de la articulación y de evitar el desgaste que supondría una fricción directa de las superficies de ambos huesos, así como disminuir la carga del cartílago articular.

En cada rodilla hay dos meniscos de unos milímetros de espesor y de una forma desigual: uno en la parte interna (que es la parte próxima a la rodilla contralateral), Menisco Interno, que tiene una forma de C; y otro en la parte externa (parte lateral, hacia el peroné), Menisco Externo, cuya forma puede compararse a una O.

Siguiendo el ejemplo del calamar, si cortáramos los meniscos con un cuchillo y viéramos su perfil, éste no sería circular sino más bien triangular, como si fuera un triángulo rectángulo, en el que los dos lados del ángulo recto se encuentran: uno sobre la tibia y el otro hacia la parte externa de la rodilla; y la hipotenusa no sería una línea recta sino ligeramente cóncava para articular perfectamente con la superficie convexa del fémur.

Esta forma en C-O y su sección triangular son fundamentales al actuar como una especie de almohadillas, resistentes pero

no rígidas. Los meniscos brindan una mejor congruencia a los huesos, distribuyendo las fuerzas y presiones cuando se está de pie y durante los movimientos. Y esta función es muy significativa porque precisamente es gracias a los meniscos que los huesos de la rodilla, con una forma tan desigual, pueden articularse de manera adecuada, están bien protegidos, no sufren fricciones y, por lo tanto, no se desgastan, como ocurriría si se careciera de estos cartílagos.

Uno de los graves problemas de los meniscos es su vascularización. El hecho de que sean estructuras cartilaginosas hace que la irrigación sanguínea sea muy escasa y por ese motivo la capacidad de cicatrización de los meniscos cuando se lesionan es prácticamente nula. La sangre les llega a los meniscos desde la parte externa, que sería, visto el ejemplo del triángulo rectángulo, desde la línea vertical del ángulo recto de dicho triángulo. Por este motivo, son pocos los casos en que se pueden suturar los meniscos con una garantía suficiente de cicatrización y en la mayoría de los casos se realiza la resección, siempre mínima posible.

A pesar de que los meniscos sean unas estructuras fibrocartilaginosas, no rígidas y con relativa elasticidad, no es infrecuente que se lesionen, lo cual se da especialmente durante la práctica deportiva, como por ejemplo durante un partido de fútbol, tenis o cualquier otro, en el que se produce una rotación de la rodilla con giro del fémur sobre la tibia y cizallamiento del menisco que esta interpuesto entre ellos. Pero no pasa solo durante esta práctica deportiva, sino que a lo largo de la vida cotidiana, al caminar y girarnos a saludar a alguien, al entrar y salir del coche o al agacharnos para atarnos los cordones de los zapatos, entre otros gestos, pueden provocar este cizallamiento meniscal y rotura de alguno de ellos.

Todos tenemos un amigo o familiar al que le han realizado una artroscopia para solventar algún problema con los meniscos y, si han podido ver dicha artroscopia, como es el caso de nuestros pacientes, sabrán perfectamente de lo que estoy hablando.

En nuestra próxima columna explicaré por qué hay que operar un menisco roto y qué y cómo se hace según, la rotura que tengas.



Dr. Emilio L. Juan García

Médico Especialista en Cirugía Ortopédica y Traumatología
Director del Instituto Aragonés de la Rodilla (INAROD)

www.larodilla.es

976 23 16 16