

# **RESUMEN - REGISTRO EN LINEA**

**Una cuartilla : 1700 caracteres o entre 200 y 250 palabras en español.**



## **NOMBRE DEL PROYECTO: EL DESGARRO MUSCULAR EN ATLETAS**

Esta es una de las lesiones más comunes en los atletas de alto rendimiento, en la que el daño del músculo puede ser parcial o total. Un desgarro muscular es una lesión claramente identificada, que se produce por la excesiva tensión en la unión de los músculos y los tendones, según se ha comprobado en estudios experimentales y clínicos.

Para su tratamiento se han clasificado en tres grados: grado I, el cual es un desgarro moderado; grado II, el cual es un desgarro severo, (grado III), grave. Las lesiones de grado I implican una lesión del cinco por ciento del espesor muscular; las lesiones de grado II, el desgarro parcial o incompleto; y las de Grado III, la ruptura completa o también incluye las fracturas por avulsión.

En cuanto a los estudios para su diagnóstico, son casi obsoletas las radiografías, salvo en el caso de fractura por avulsión. Es raro que se utilice; sin embargo, se puede llegar a identificar la miositis osificante crónica.

Para identificar un desgarro son útiles estudios como TAC, ultrasonido, y actualmente la RMN, los cuales nos aportan mucha más información.

Respecto al tratamiento, la respuesta de curación inicia con inflamación, edema y hemorragia. Para el manejo del dolor e inflamación se puede seguir el protocolo "RICE", que lleva su nombre por sus siglas en inglés Rest (descanso), Ice (hielo), Compression (compresión) y Elevation (elevación). Este tratamiento es el más reconocido. La inmovilización se recomienda por espacio menor a una semana, ya que la movilidad temprana es importante. Además, se pueden utilizar medicamentos anti-inflamatorios no esteroideos vía oral, los cuales son los más aceptados universalmente; el medicamento se debe iniciar inmediatamente después del daño y se debe continuar por 3 a 5 días.