

ECOGRAFÍA EN EL SÍNDROME DE LA CINTILLA ILIOTIBIAL.

ANATOMÍA

La cintilla iliotibial es una porción de la fascia lata. Recibe aportes de los músculos tensor de la fascia lata y glúteo mayor en la cara lateral del muslo y termina distalmente sobre la rodilla, teniendo la inserción principal en forma de cinta en el tubérculo de Gerdy en la cara anterior del cóndilo lateral de la tibia

ETIOLOGÍA.

El síndrome de la cintilla iliotibial, también conocido como síndrome de fricción de la cintilla iliotibial, es un trastorno por uso excesivo de la parte lateral de la rodilla.

El síndrome de la cintilla iliotibial tiene varias causas propuestas, entre ellas la fricción de la cintilla iliotibial contra el epicóndilo lateral del fémur, la compresión de la grasa respecto al tejido conjuntivo profundo a la cintilla y la inflamación crónica de la bursa adventicial presente debajo de la cintilla iliotibial

La cintilla iliotibial se mueve en dirección anteroposterior con respecto al epicóndilo femoral lateral durante la extensión y flexión de la rodilla, apoyando así el papel central de la fricción como factor etiológico. Las otras etiologías propuestas, pueden coexistir y explicar por qué los cambios patológicos se producen principalmente en los tejidos blandos y no dentro de la banda iliotibial



SI NO QUIERES PERDERTE NADA, ENTRA EN NUESTRA LISTA DE EMAIL.

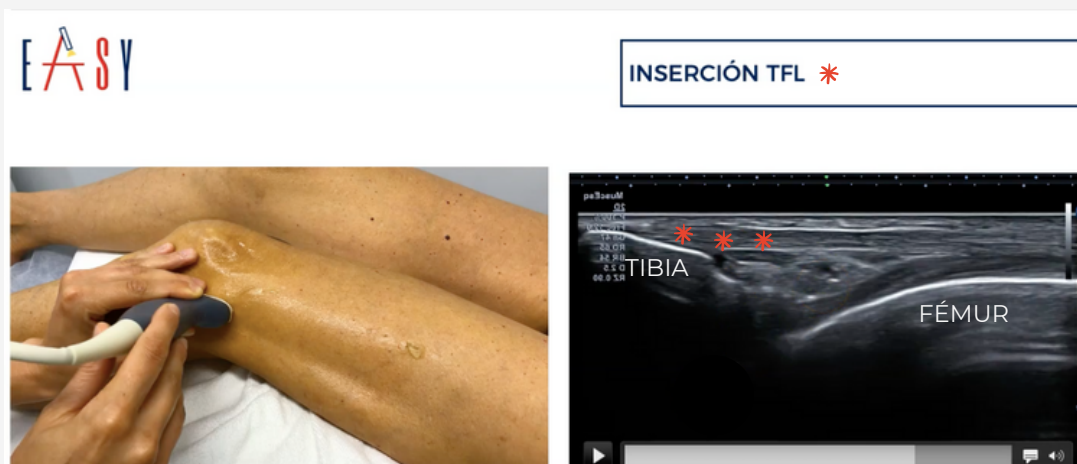
ECOGRAFÍA EN EL SÍNDROME DE LA CINTILLA ILIOTIBIAL.

¿CÓMO ES LA CLÍNICA?

El dolor se produce a nivel de la banda iliotibial distal, entre el epicóndilo femoral lateral y su inserción tibial, y se asocia a la actividad física regular. Inicialmente, el dolor lateral de rodilla suele experimentarse al final o después de completar una actividad deportiva. A medida que el síndrome progresa, comienza antes en el transcurso de la actividad. En la valoración física, puede observarse sensibilidad a nivel del epicóndilo femoral lateral

¿QUÉ TENGO QUE BUSCAR EN LA ECOGRAFÍA?

La banda iliotibial también puede representarse fácilmente si se coloca el transductor en la línea media para visualizar el tendón rotuliano a lo largo de su eje longitudinal y luego se desplaza lateralmente



SI NO QUIERES PERDERTE NADA, ENTRA EN NUESTRA LISTA DE EMAIL.

ECOGRAFÍA EN EL SÍNDROME DE LA CINTILLA ILIOTIBIAL.

EN LA NORMALIDAD ¿CÓMO ES LA CINTILLA?

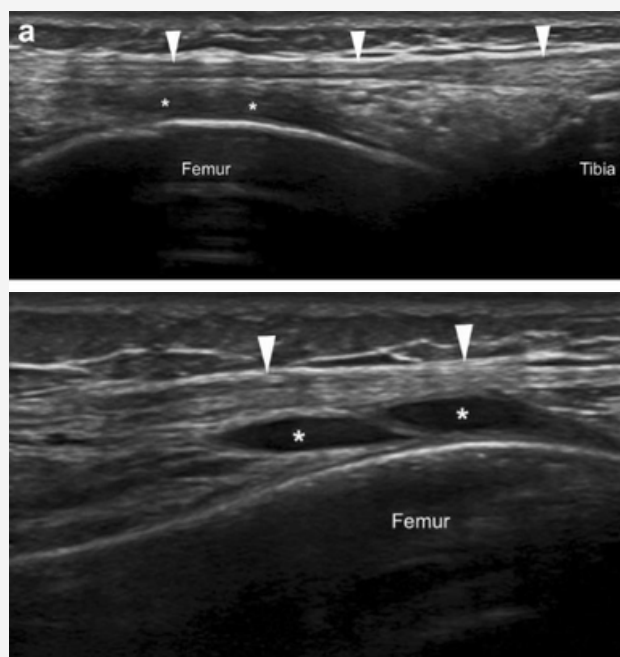
En individuos sanos, se ha informado de que el grosor medio de la cintilla iliotibial en la ecografía es de 1-1,9 mm a nivel del cóndilo femoral lateral y de 3,4 mm a nivel del cóndilo tibial lateral.

DIAGNÓSTICO ECOGRÁFICO DE UNA CINTILLA ILIOTIBIAL AFECTA.

El diagnóstico del síndrome de la cintilla iliotibial se basa en la historia clínica y la evaluación física.

El diagnóstico por imagen, incluida la ecografía, se reserva para los casos recurrentes o refractarios y requiere correlación con la información clínica. Los hallazgos ecográficos del síndrome de la cintilla iliotibial incluyen una inflamación edematosa de los tejidos blandos y una discreta acumulación de líquido, sugerente de bursitis adventicial, entre la banda iliotibial y el cóndilo femoral lateral.

El engrosamiento de la banda iliotibial se ha notificado de forma inconsistente.



SI NO QUIERES PERDERTE NADA, ENTRA EN NUESTRA LISTA DE EMAIL.

ECOGRAFÍA EN EL SÍNDROME DE LA CINTILLA ILIOTIBIAL.

CONSEJOS PARA EL TRATAMIENTO.

En la fase aguda, el tratamiento se dirige a reducir la inflamación local.

El reposo relativo de actividades que impliquen carga repetitiva como correr o montar en bici, es un pilar fundamental en el tratamiento.

En los casos persistentes, los autores proponen la introducción de estrategias que minimicen los factores de riesgo; mejorar la fuerza del glúteo medio, reducir aducción excesiva de la cadera y la rotación interna de la rodilla.

Las inyecciones de corticoides no han demostrado ser una solución eficiente si se emplean de forma aislada.

Las terapias invasivas (electrólisis, punción seca, neuromodulación) pueden ser estrategias interesantes en el manejo del dolor, junto con la parte activa y la corrección e introducción de cargas eficientes.

¡TE ACONSEJAMOS ESTE PAPER!

Ecografía del síndrome de la banda iliotibial

Fernando Jiménez Díaz^{1,2} - Salvatore Gitto³ - Luca Maria Sconfienza^{3,4} - Ferdinando Draghi⁵

Recibido: 29 de abril de 2020 / Aceptado: 9 de mayo de 2020 / Publicado en línea: 8 de junio de 2020
© Società Italiana di Ultrasonologia in Medicina e Biologia (SIUMB) 2020

SI NO QUIERES PERDERTE NADA, ENTRA EN NUESTRA LISTA DE EMAIL.