

¿Qué es?

Se habla de hiperlaxitud articular cuando las articulaciones son capaces de moverse más allá de lo considerado normal, debido a un aumento de la elasticidad de los tejidos que las rodean. Si bien es una condición normal y transitoria en la mayoría de los niños pequeños, ésta va disminuyendo con la edad y solo un 2% permanece con esta condición.

Características

En la mayoría no causa problemas y no requiere tratamiento, incluso otorga ventajas en actividades que requieren gran flexibilidad como la gimnasia y el ballet. Sin embargo, en algunos puede producir dolor y una mayor predisposición a esguinces y luxaciones.

Al examen pueden presentar un patrón característico con aumento de la curvatura de la parte superior de la columna (cifosis), se ven más encorvados, aumento de la curva de la zona lumbar (hiperlordosis), rodillas juntas y desplazadas hacia posterior, y pies planos con talones que se desvían hacia adentro.

Causa

Se produce debido a una alteración en el colágeno, proteína en tendones y ligamentos, que provoca que las fibras de estos sean más delgadas y con menor rigidez permitiendo así la hipermovilidad de la articulación. En raras ocasiones puede asociarse a trastornos generalizados del tejido conectivo como el síndrome de Marfan o de Ehlers-Danlos.

Tratamiento

El tratamiento es individualizado y de acuerdo a la severidad, síntomas e impacto en las actividades de la vida diaria.

Uno de los puntos más importantes mantener la actividad física de forma regular ya que esta ayuda a mejorar el control, coordinación y estabilidad articular.

Para prevenir el dolor y las lesiones es importante identificar las actividades que las hayan provocado, tratando así de modificarlas y evitar posiciones o movimientos articulares que excedan los rangos normales y provoquen elongación excesiva de los tejidos periarticulares.

Dependiendo de la causa que provoque los síntomas también se pueden establecer medidas correctivas específicas que permitan continuar con la actividad. Estas, por ejemplo, pueden incluir el uso de plantillas en aquellos que presentan pies planos, órtesis protectoras que aporten estabilidad y limiten los movimientos o el desarrollo de un programa de ejercicios específicos para atender las distintas necesidades.

Es importante evitar que el niño sea excluido de las actividades, y para ello es útil trabajar en conjunto con profesores y entrenadores.



Traumatología Infantil

Clínica Alemana Vitacura
Av. Manquehue 1410, piso 8, Vitacura
Teléfono: (56) 22910 1003

Clínica Alemana de La Dehesa
Av. José Alcalde Déllano 12205, Centro del Niño, Lo Barnechea
Teléfono: (56) 22910 7061

Clínica Alemana Centro Médico de Chicureo
Camino Chicureo, Lote A-2, s/n, Colina
Teléfono: (56) 22910 4000