

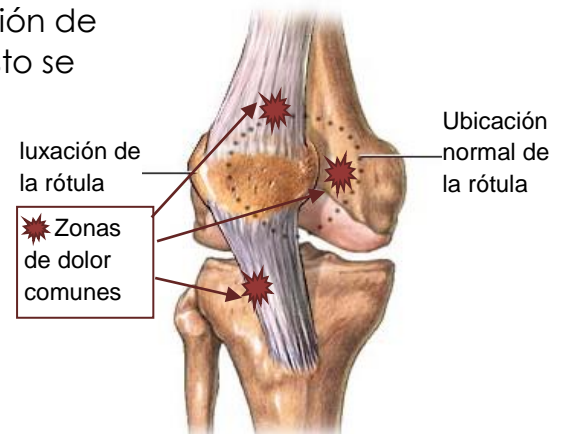
¿Qué son la subluxación y la luxación de la rótula?

Si la rótula (patela) se mueve hacia la parte exterior de la rodilla, pero regresa a su posición por sí sola, esto se denomina subluxación. Es posible que en raras ocasiones la rótula se mueva hacia la parte interior de la rodilla.

Si la rótula se mueve en dirección contraria a la articulación de la rodilla y necesita ayuda para regresar a su posición, esto se denomina luxación.

Puede ser causado por:

- Traumatismos como un golpe en la rodilla.
- Un movimiento o giro repentino de la rodilla.
- Nacer con poca fuerza muscular o un ángulo de rodilla deficiente. Esto se denomina congénito.



¿Cuáles son los síntomas?

- Dolor de rodilla frontal (anterior).
- Dolor en el lado interno (medial) de la rodilla.
- La rótula se sentirá inestable.
- La rótula probablemente se moverá demasiado hacia afuera (lateral) al ponerse en cuclillas y al extender la rodilla.
- Al caminar y al hacer otras actividades con carga de peso, la rodilla puede sentirse como si estuviera
- Si se ha luxado, la rótula se verá fuera de lugar.

¿Cómo se diagnostica?

Su proveedor de atención médica revisará sus actividades. Se diagnostica según la ubicación del dolor, los síntomas y un examen físico. Es posible que le hagan una radiografía para asegurarse de que la rótula esté en el lugar correcto. También ayudará a descartar cualquier tipo de fractura.

¿Cómo se trata?

Los analgésicos, la reducción de actividad, el descanso y la colocación de hielo en la rodilla pueden ayudar con el dolor y la hinchazón. Otros tratamientos pueden incluir:

- Protección. Una manga con soporte lateral para evitar que la rótula se mueva.
- Colocación de hielo. Use una bolsa de hielo picado, o guisantes o maíz congelados. Puede usar nuevamente estos elementos como una compresa de hielo. **No ingiera** el maíz ni los guisantes una vez que los haya usado como compresa de hielo.
 - Coloque una toalla entre la piel y la bolsa. Si coloca la compresa de hielo directamente sobre la piel, puede provocarle congelación.
 - Coloque la bolsa sobre la zona dolorida.

- Déjela allí durante 15 a 20 minutos.
- Los ejercicios de estiramiento y fortalecimiento pueden comenzar según las indicaciones del proveedor de atención médica. También deberá hacerlos en casa. La terapia regular le ayuda a aprender una rutina de ejercicios. Esto le ayudará a retomar sus actividades habituales.

¿Qué seguimiento se necesita?

Se necesita un seguimiento con el médico para asegurarse de que la rodilla haya sanado y esté alineada correctamente. Se puede hacer una radiografía para ver la alineación.

ALERTA: Llame al médico, a la enfermera o a la clínica de su hijo si tiene alguna pregunta o inquietud, o si su hijo tiene necesidades especiales de atención médica que no se abordaron en esta información.

Esta hoja se creó para ayudarle a cuidar a su hijo o familiar. No reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención médica para conocer el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.