

El sistema músculo esquelético está compuesto por una estructura rígida articulada conocida como esqueleto y una serie de músculos, tendones y ligamentos que mueven el esqueleto. Las lesiones del sistema musculoesquelético suelen causar disminución de la función de la región afectada y una reacción inflamatoria evidente.

Los 3 tipos de lesiones más comunes son: esguinces, fracturas y luxaciones.

Esguinces

Los esguinces son lesiones en los ligamentos causadas por estiramiento excesivo de estos y en ocasiones pueden romperse. Hay 3 grados de esguinces dependiendo de la gravedad de este siendo el grado 1 el más leve y que solo requiere inmovilización parcial y el grado 3 el más grave por ser una ruptura total del ligamento y que requiere inmovilización total por tiempo prolongado y, en ocasiones cirugía. Se identifican por la presencia de edema (hinchazón), dolor a la movilidad y puede haber un moretón. Evidentemente entre mayor sea el grado de la lesión, mayor será el edema y el dolor que incluso puede ser mayor que el dolor de una fractura.

Ante la sospecha de un esguince, aplique hielo o agua, ponga la extremidad en reposo, aplique un vendaje que no este demasiado apretado y eleve la extremidad si es posible.

Acuda al médico para descartar fractura o confirmar el diagnóstico, clasificarlos y darle tratamiento.



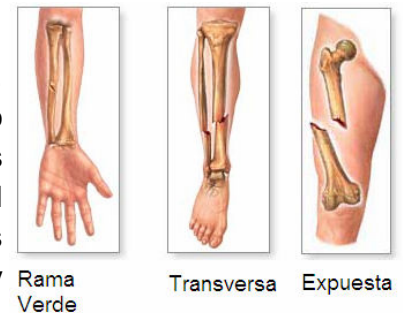
Fracturas

Las fracturas son una pérdida en la continuidad de los huesos. Pueden ser cerradas o expuestas cuando el hueso tiene contacto con el medio ambiente a través de una herida. Estas últimas tienen una importancia especial debido a que puede infectarse el hueso y poner en riesgo la extremidad. Las fracturas de huesos grandes como el fémur o la cadera pueden sangrar mucho y causar shock hemorrágico (por hemorragia interna).

Se pueden identificar por el dolor intenso, la deformidad en el sitio de la fractura, la imposibilidad para usar la extremidad y la intensa inflamación que se da horas después. Hay muchos tipos de fracturas pero en niños la más común es en rama verde que consiste en una fractura incompleta. Ante una fractura o sospecha de fractura detenga la hemorragia (si existe), estabilice la fractura y aplique hielo a la zona afectada. En caso de que haya datos de shock (palidez, mareo, pérdida del estado de alerta), acueste al paciente y eleve las piernas.

Para estabilizar una fractura, utilice un material recto y duro como una tabla o un cartón a cada lado del hueso afectado y aplique un vendaje. Debe inmovilizar todas las articulaciones por debajo de la fractura.

En fracturas de brazo o clavícula, puede utilizar un cabestrillo colocando una tabla junto al brazo o un





periódico doblado en la axila y sujetando el brazo al cuerpo y el antebrazo sostenido por un paliacate al cuello.

Las fracturas expuestas no deben lavarse en el momento, solo deben cubrirse con material limpio (estéril de preferencia) y, si hay hemorragia, controlarla haciendo presión.

Siempre acuda al médico pero llame a una ambulancia o acuda a urgencias en caso de:

- Es resultado de un trauma mayor (atropellamiento, impacto en automóvil, caída de gran altura, etc.)
- Pérdida del estado de alerta. No olvide en este caso iniciar maniobras de reanimación.
- Sangrado abundante.
- Herida abierta en el sitio de la fractura.
- Dolor extremo a la movilización.
- Los dedos de la extremidad afectada están morados o pálidos.
- Sospecha de lesión en cuello.
- Sospecha de fractura de cadera o fémur.

Luxación

Una luxación (también conocida como dislocación) se da cuando un hueso se sale de su articulación impidiendo su función normal. Se le llama sub luxación cuando se desplaza el hueso pero no se sale. Las luxaciones se identifican porque la articulación afectada se ve deformada, hinchada, tiene mucho dolor y la movilidad se hace imposible.

La luxación más común en niños de edad preescolar y escolar es la de cabeza de radio, también conocida como "codo de niñera" causado por un jalón fuerte de la mano que hace que el radio se desplace de su lugar.

Ante una luxación, es muy importante que no intente regresar el hueso a su lugar, afloje la ropa, coloque la extremidad en una posición cómoda, aplique hielo y estabilice la extremidad de la misma manera que una fractura.

Acuda a consulta de urgencias para reducir la luxación. Aunque las luxaciones no ponen en riesgo la vida, deben ser atendidas pronto pues pueden dañar la articulación.

