

VIAJES
El Corte Inglés
Te ofrece Canal Turismo

Usuario Entrar
 Buscar... Buscar

NACIONAL	INTERNACIONAL	eplatam	DEPORTES	economía y finanzas	PORTAL TIC.es	epsocial	CULTURA	CHANCE	INNOVA	LENGUAS		
OTR PRESS	TV	SALUD	CIENCIA	MOTOR	COMUNICADOS	Fotos	Videos	Cotizaciones	Sorteos	Tiempo	Tráfico	Cartelera

Salud

POR EL SOBRESFUERZO EN LAS RODILLAS

El deporte intenso a mediana edad aumenta el riesgo de osteoartritis



Foto: ep

MADRID, 30 Nov. (EUROPA PRESS) -

Los hombres y mujeres de mediana edad que practican una actividad física de alto nivel podrían estar dañando sus rodillas y aumentando su riesgo de osteoartritis, según un estudio de la Universidad de California en San Francisco y la Universidad de Muenster en Alemania. Los resultados de la investigación se han hecho públicos durante la reunión anual de la Sociedad Radiológica de Norteamérica que se celebra estos días en Chicago (Estados Unidos).

Según explica Christoph Stehling, responsable del estudio, "nuestros datos sugieren que las personas con mayores niveles de actividad física podrían tener un mayor riesgo de desarrollar anomalías de la rodilla y por ello un mayor riesgo de desarrollar

osteoartritis". La osteoartritis es una enfermedad de las articulaciones degenerativa que causa dolor, inflamación y agarrotamiento.

En el estudio participaron 236 participantes asintomáticos que decían no padecer dolor de rodilla y que fueron reclutados en la Iniciativa de Osteoartritis de los Institutos Nacionales de la Salud. Los participantes incluían a 136 mujeres y 100 hombres, de entre 45 y 55 años con un peso variado saludable. Estas personas fueron divididas en tres grupos según su nivel de actividad (bajo, medio y alto) que se estableció a través del cuestionario de la Escala de Actividad Física (EAF).

Análisis posteriores de imágenes de resonancia magnética (IRM) indicaron una relación entre los niveles de actividad física y la frecuencia y severidad de los daños en la rodilla. Las anomalías de rodilla específicas identificadas incluían lesiones de menisco, cartílago, ligamentos y edema de médula ósea. Estas anomalías se asociaron sólo con los niveles de actividad y no con la edad o el género.

"La prevalencia de las anomalías de rodilla aumentaban con el nivel de actividad física. Además, los defectos de cartílago diagnosticados en personas activas eran más graves", añade Stehling. Los descubrimientos también indicaron que algunas actividades suponían un mayor riesgo de daños en la rodilla con el paso del tiempo.

"Este estudio y otros anteriores de nuestro grupo sugiere que el alto impacto y el peso soportado durante la actividad física como correr o saltar podría ser peor para la salud de los cartílagos. A la inversa, las actividades de bajo impacto, como nadar o hacer bicicleta, podrían proteger el cartílago enfermo y prevenir el cartílago sano del desarrollo de la enfermedad", concluye Stehling.

El investigador apunta que serán necesarios nuevos estudios prospectivos para evaluar la influencia de la actividad física de bajo y alto impacto en la progresión de la enfermedad.

Terapia con Células Madre

Nuevos tratamientos para mejorar la situación de enfermos degenerativos

Seguro Médico -35%

Ahorra en el seguro médico familiar La póliza de tu hijo desde 9€/mes

Anuncios Google

Nuevo Škoda Yeti
Espíritu inteligente

2.0 TDI CR por **18.900**

Más Noticias Más Leídas

- El deporte intenso a mediana edad aumenta el riesgo de osteoartritis
- La mortalidad por cáncer sigue bajando en la Unión Europea
- Neumólogos alertan de que en invierno aumenta la contaminación del aire, causante de 16.000 muertes al año en España
- Un total de 100 personas esperan en Baleares un trasplante de riñón
- Un total de 434 personas fallecen cada año en Aragón como consecuencia del cáncer colorrectal
- La OMS pide retirar el fármaco más utilizado contra el sida
- Identifican una variante genética asociada a la cirrosis hepática por alcoholismo
- Una mutación genética vincula Parkinson y cáncer
- Fallece un hombre a causa de la gripe A en la peregrinación a La Meca
- Jiménez reivindica la Atención Primaria para la sostenibilidad de la sanidad
- Observatorio de Derechos Humanos y VIH/Sida lanza su campaña anual contra la discriminación para el Día Mundial del Sida
- Expertos urgen a la administración a crear unidades de obesidad en la Comunitat
- Más de 300 enfermos y sus familias reciben apoyopsicosocial del Programa de Atención de la Caixa
- Roldós (PP) asegura que los hospitales del sur

Suscríbete a las noticias de Salud en tu entorno:

Titulares en tu Web - Boletín Personalizado

Imprimir

Enviar

Comparte esta noticia: