

## Bursitis prepatelar

### Definición:

Corresponde a una inflamación de la cara anterior de la rodilla. La rodilla es una articulación rodeada de potentes tendones, y entre estos tendones y los huesos que conforman la rodilla (fémur, tibia, fíbula –peroné- y patela –rótula-) existen varias bolsas rellenas de líquido sinovial (bolsas sinoviales) cuya función es disipar las tensiones que generan los tendones y evitar que esta tensión se transmita al hueso.

Las bolsas sinoviales que suelen inflamarse por asociación con el trabajo, la frecuencia y la repetición de la presión de la patela son: la bursa prepatelar, la cual se encuentra ubicada directamente entre la superficie cutánea, la cara ventral de la patela y el ligamento patelar.

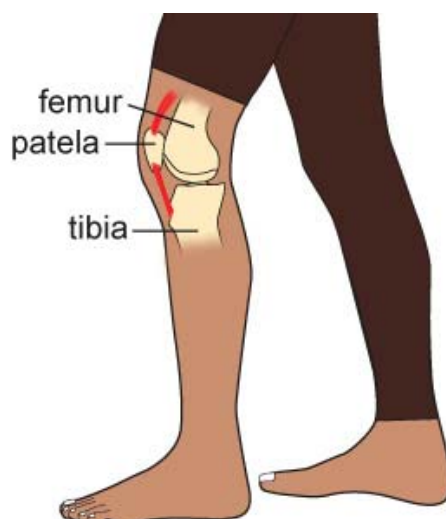


Fig. Anatomía de la rodilla

### Fisiopatología:

La inflamación se produce por el roce excesivo o la descarga de peso directa sobre la patela al encontrarse la persona arrodillada por largos periodos de tiempo. Esta inflamación generalmente es secundaria, con fricción constante entre la piel y la patela, y no solamente con presión en la zona.

La bursitis también puede ocurrir después de 8-10 días de haber recibido un golpe en el área, generalmente después de una caída. Se produce una inflamación con edema fluctuante y bien circunscrito en la zona de la rodilla, con aumento de temperatura en la parte más distal de la patela. En algunos casos, el líquido se puede infectar y complicar la evolución de la patología pasando a una bursitis séptica. Las personas que presentan

alguna alteración del sistema inmunológico o que toman medicamentos que lo minimizan pueden tener un riesgo mayor hacia la bursitis séptica.

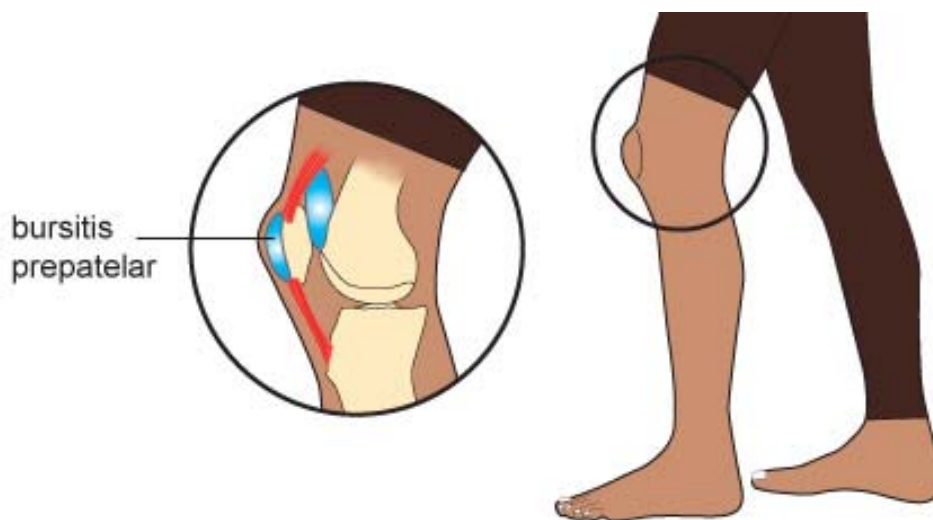


Fig. Fisiopatología de la bursitis prepatelar

### Síntomas y signos:

Aparece dolor progresivo cuando hay contacto en la zona de la bursa, sobre todo en una posición de flexión forzada de la rodilla. Se produce tumefacción de los tejidos blandos, aumento de temperatura y rubor en la zona de la bursa.

### Prevención:

- Evitar las posiciones de trabajo en las que se mantienen la/s rodilla/s en flexión y apoyadas sobre una superficie dura durante largos periodos de tiempo.
- En el caso que la tarea demande esta postura de flexión de rodilla, evitar la exposición prolongada, alternando con otras tareas que no demanden esta postura o que permitan el movimiento de la articulación, como es el caso de caminar.
- Como elemento preventivo existen pequeñas alfombras acolchadas (rodilleras) para el trabajo de rodilla. De todas formas, hay que indicar la alternancia en el apoyo de las rodillas e incluir pausas para evitar la compresión prolongada sobre la bursa prepatelar.

### Tratamiento:

- Una persona que presenta bursitis debe evitar las posturas que causan el problema.
- En periodo agudo, se debe realizar reposo del área afectada, aplicar hielo por cortos periodos de tiempo y medicamentos antiinflamatorios no esteroideode uso tópico (cremas) en la zona inflamada.

- Una opción complementaria al tratamiento médico es la terapia física mediante electroestimulación y ultrasonido local.
- Cuando a pesar del tratamiento anterior no se resuelve la inflamación, se puede evacuar el líquido con una jeringa y/o infiltrar con corticoides.
- La cirugía suele realizarse en contadas ocasiones, en casos muy avanzados y en bursitis infectadas. La cirugía tiene como objetivo extirpar la bolsa sinovial.