

# Protocolul de recuperare postligamentoplastie de ligament încrucișat anterior în funcție de nivelul de performanță sportivă

**Rodica Gabriela Scarlet, Consuela Brăilescu**

*Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București*

*Clinica II - Institutul Național de Recuperare, Medicină Fizică și Balneologie București*

## **Rezumat**

În cadrul patologiei posttraumatice a genunchiului, leziunile de ligament încrucișat anterior (LIA) reprezintă o categorie frecvent întâlnită, decizia terapeutică fiind de cele mai multe ori intervenția chirurgicală (bineînțeles în funcție de criteriile de gravitate ale leziunii ligamentare).

Nu există un protocol standardizat nici în ceea ce privește tehnica operatorie (în prezent sunt utilizate diverse tehnici de ligamentoplastie LIA, fiecare cu avantajele și dezavantajele ei), după cum există și o serie de protocoale de recuperare post-operatorie dezvoltate de diverse clinici și școli de profil.

Indiferent de tipul de ligamentoplastie LIA utilizat (cea mai utilizată fiind tehnica Jones modificată), programul de recuperare are ca scop principal readucerea genunchiului operat la nivelul funcțional optim, pentru deplasare și desfășurarea de ADL-uri (“activities of daily living”) pentru pacient.

Dincolo de această recuperare funcțională, absolut necesară unei vieți cotidiene obișnuite, programul de recuperare vizează și reîntoarcerea la performanțele sportive anterioare traumatismului; există protocoale speciale de recuperare pentru sportivi, accelerate ca timp și progresivitate ale programului terapeutic, menite a ajuta sportivul să se reîntoarcă în condiții de siguranță funcțională și indoloritate, la statusul sportiv pre-operator.

În acest articol propunem un protocol clasic de recuperare postligamentoplastie LIA (de regulă întins pe parcursul a 12 luni de zile, adresat persoanelor sedentare), un protocol de reabilitare accelerată (doar 6 luni, adresat persoanelor cu un nivel înalt de performanță sportivă anterior), precum și o serie de criterii de evaluare pentru o reîntoarcere la sportul de performanță în condiții clinico-funcționale optime.

**Cuvinte cheie:** ligamentoplastie, recuperare funcțională, reabilitare clasică, reabilitare accelerată, evaluare, antrenament individualizat.