

ACTUALIZACIÓN EN LA APLICACIÓN DE HIELO EN LA FASE AGUDA EN EL ESGUINCE DE TOBILLO

Archilla Martín, María de los Ángeles. C.T.I. Fisioterapia y Osteopatía.

INTRODUCCIÓN:

El objetivo de esta revisión bibliográfica es *actualizar el protocolo de tratamiento en el esguince de tobillo*, concretamente en la aplicación de hielo sobre el área afectada en la fase aguda de dicha lesión.

PROBLEMÁTICA PLANTEADA EN LA CLÍNICA:



MÉTODO:

Revisión bibliográfica con una búsqueda exhaustiva en las siguientes bases de datos: PubMed, Medline y Cochrane Library. Se escogieron artículos publicados desde el año 1.993 hasta la actualidad; utilizando como palabras clave: ESGUINCE, HIELO, INFLAMACIÓN Y RECUPERACIÓN.

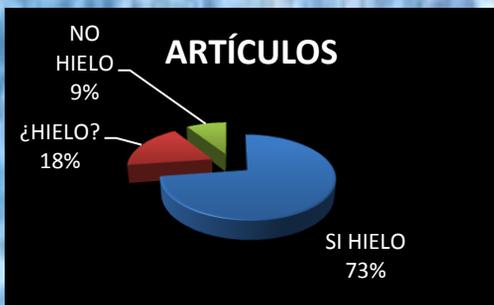
RESULTADOS:

Se encontraron 38 artículos, de los cuales se seleccionaron 11 por su especificidad. Dichos artículos fueron agrupados por su relación con la misma dinámica de tratamiento, de tal forma que se obtuvo:

8 ARTÍCULOS (desde 1993 hasta 2011): Que describen como eficaz el uso de hielo en la fase aguda de un esguince de tobillo. Utilizando como método de tratamiento el Método RICE, frente a otras terapias físicas.

2 ARTÍCULOS (2004 y 2007): Discrepan en la eficacia de la aplicación de hielo en la fase aguda de un esguince de tobillo, ya que no encontraron en la bibliografía el efecto exacto de dicha aplicación, ni una metodología de tratamiento de buena calidad; que pone en controversia su uso clínico generalizado.

1 ARTÍCULO (2011): En el que se propone un modelo matemático que predice el proceso de cicatrización de las heridas de los ligamentos después de un esguince de grado II. El modelo describe la expresión hinchazón, del derivado de plaquetas factor de crecimiento (PDGF), la formación y la migración de los fibroblastos en el área de la lesión y la expresión de las fibras de colágeno. Obteniendo como resultado que dicha migración es más eficaz cuando no se aplica hielo en las primeras 48 horas, frente a los que se les aplica hielo, con diferente temperatura, en el mismo período.



CONCLUSIONES:

- Es necesario diseñar una metodología de trabajo para la aplicación de hielo (crioterapia) ya que en la bibliografía no queda aclarada.
- Conviene diseñar estudios clínicos randomizados, con un tamaño de muestra suficiente, metodología científica y seguimiento para comprobar la eficacia de la no aplicación de hielo en la fase aguda del esguince de tobillo.
- Todos los profesionales sanitarios debemos implicarnos en la revisión y actualización científica de protocolos establecidos.