

# Protocol de recuperare la pacienții cu activitate înaltă, după reconstrucția de ligament încruciat anterior. Recenzie de articole

Kayless Hen<sup>1</sup>, Chen On<sup>2</sup>, Irsay Laszlo<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Absolvent, Universitatea de Medicină și Farmacie „Iuliu Hațieganu” Cluj-Napoca

<sup>2</sup>Rezident, Spitalul Metodist New York, SUA

<sup>3</sup>Universitatea de Medicină și Farmacie „Iuliu Hațieganu” Cluj-Napoca, Clinica de Recuperare

## Rezumat

Ruptura de ligament încruciat anterior (LIA) la sportivi este una dintre cele mai traumatizante leziuni. Incidența leziunilor de LIA este în creștere mai ales la indivizii cu activitate înaltă sau care practică sporturi cu risc crescut. Incidența este mai mare la femei decât la bărbați.

Cheia unui tratament de succes la o leziune de LIA este începerea precoce a recuperării. Ghidurile și programele de recuperare pre- și postoperator sunt similare. Obiectivele comune cele mai importante sunt controlul tumefierii și restabilirea unghiului de mișcare și a forței.

Literatura de specialitate actuală nu descrie cu exactitate protocoale în stadiile tardive ale recuperării și nu face indicații în ceea ce privește cronologia reluării activității sportive anterioare.

Scopul acestui manuscris este de a descrie exercițiile adecvate în leziunile LIA și de a influența factorii pre- și postoperator pentru rezultate cât mai bune. De asemenea, articolul de față subliniază câteva aspecte care nu se regăsesc în literatură și care ar trebui să fie subiectul unor studii în viitor.

**Cuvinte cheie:** recuperare LIA, recuperare preoperator, recuperare postoperator, reluarea activității sportive.