

EPITROCLEITIS O CODO DEL GOLFISTA?

La epitrocleitis o codo del golfista, es la inflamación de los tendones que se insertan en la epitróclea. La epitróclea es el hueso que tenemos en el lado interno del codo.

Es una tendinitis del codo semejante al codo del tenista,

El codo del tenista es en el cóndilo externo del húmero, mientras que el codo del golfista es en el cóndilo interno o epitróclea. También se le llama epicondilitis medial y codo del pitcher.

¿CÓMO SE PRODUCE?

Es una lesión por sobreuso, como el codo del tenista. Se produce por movimientos repetitivos como en la práctica del golf. Sin embargo es más común verlo en trabajadores que usan destornilladores, rastrillos, martillos. También se puede ver en tenistas o pitcher de béisbol.

DIAGNÓSTICO

El diagnóstico lo da el examen físico y los antecedentes del paciente. Hay un dolor al apretar la epitróclea. La flexión de la muñeca y la pronación del antebrazo producen dolor. Se pueden realizar exámenes radiológicos como radiografías y resonancia magnética nuclear para hacer diagnóstico diferencial con otras patologías del codo.

TRATAMIENTO

El tratamiento consiste en reposo, analgésicos orales o tópicos y uso de férulas para epitrocleitis.

Los ejercicios de estiramiento son muy útiles, se pueden emplear dispositivos que existen en el mercado para hacerlos.