

# «El dolor desapareció tras la operación de cadera»

## El Aula de Salud aborda esta tarde «los grandes avances» que hay para la patología de cadera

■ ANE URDANGARIN

**SAN SEBASTIÁN.** Maialen Goia se jubiló en septiembre, tras 52 años en activo, cuando decidió alquilar su selecta tienda de frutas, verduras y comida preparada del barrio donostiarra de Venta Berri, en la que durante 18 años ha atendido a una clientela «que ha sido mi mejor medalla». Tiene 63 años que apenas aparenta. «Estoy disfrutando de la vida, feliz y contenta. Pero cuidándome ¿eh? Que me falta cartilago en una cadera, aunque estoy fenomenal». Tras años de dolor, Maialen se sometió a una artroscopia que acabó con sus padecimientos. Lo mismo le sucedió a Leandro Iturralde, a quien retratamos a escasos metros, en la playa de La Concha también tras hacer ejercicio. Dos implantes de cadera acabaron con el dolor.

Los casos de estos dos vecinos de Donostia serán comentados en el Aula de Salud de Quirónsalud, en el que los traumatólogos de Policlínica Gipuzkoa Ricardo Cuéllar y Juan Carlos Camborda explicarán hoy los «grandes avances» que existen para el tratamiento de las patologías de cadera. La sesión '¿Sufres dolores de cadera?' comenzará a las 19.30 horas en el Aquarium, con entrada libre hasta completar aforo.

Maialen nació en Urnieta pero vive en San Sebastián, donde los últimos años preparaba comida «al estilo de antes, sin conservantes ni colorantes. Mis salsas no llevaban harina, sino verdura bien pochada». Su jornada arrancaba a las cinco de la mañana para ir a por esa fruta y verdura tan exquisita, una rutina que durante algunos años hizo con dolor. «Empecé con 56 años con dolores por una artrosis en la cadera derecha. Estuve unos siete años así, aguanta que te aguanta. No tomaba ni un antiinflamatorio», reconoce esta mujer que se confiesa «naturalista». Llegó un momento insostenible en el que decidió ponerse en manos del doctor Cuéllar, a quien conocía porque trataba a su madre.

«Un hombre muy honesto». Su experiencia ha sido «maravillosa» y Maialen está ahora «encantada de la vida», de una vida que disfruta sin dolor.

Como el cuadro que sufría era preartrósico y no tenía demasiadas lesiones en el cartilago, se optó por una cirugía mínimamente invasiva. «No me coloqué una prótesis de cadera nueva, lo que quería era que me quitara el dolor». Y funcionó.

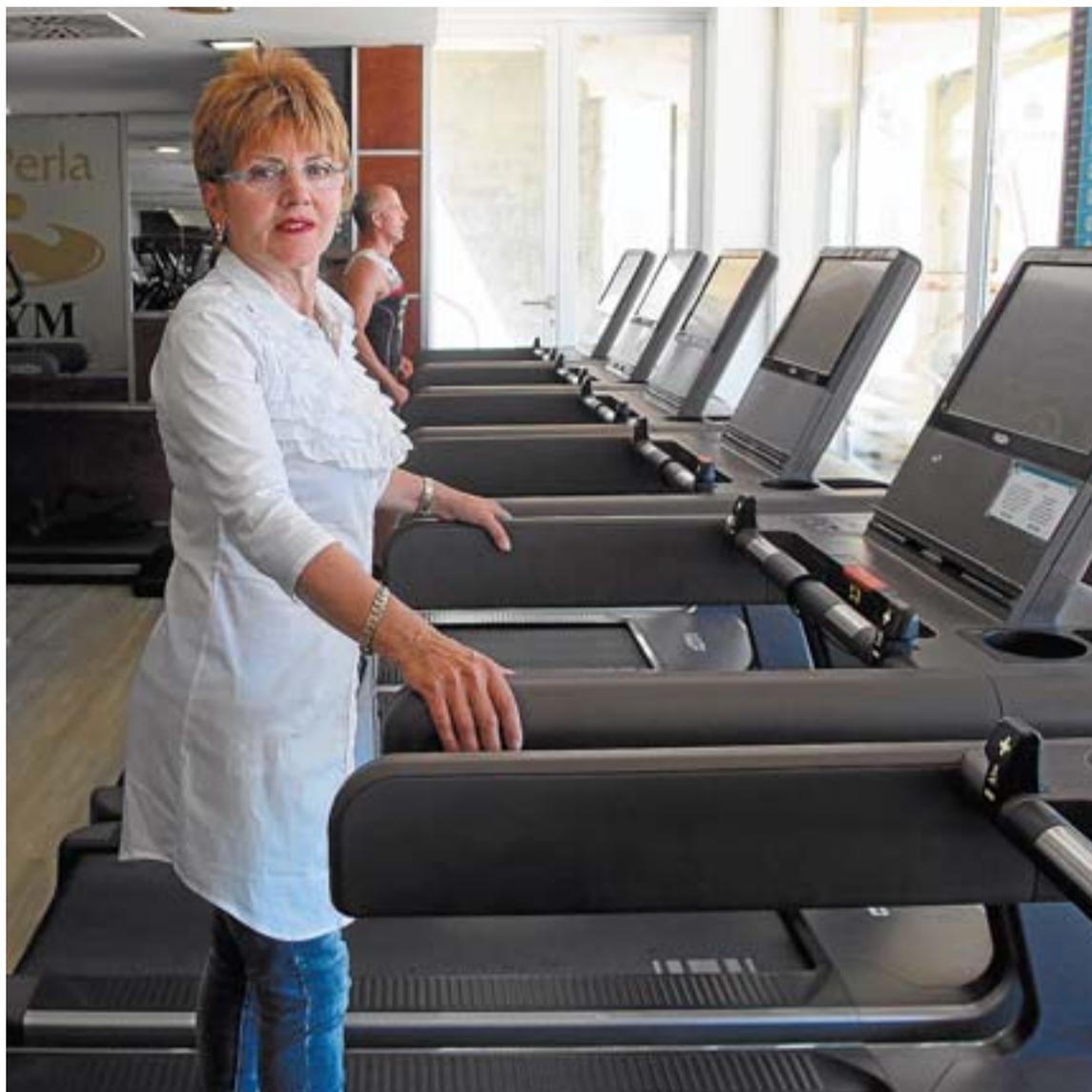
La intervención se realizó mediante artroscopia, a través de tres pequeños orificios. Habitualmente, el ingreso suele ser de una sola noche. «Me desperté muy bien», recuerda. Maialen se tomó su tiempo para recuperarse bien «y no recaer. Era la primera baja de mi vida». Y el dolor desapareció. «Aconsejo a la gente que lo haga sin pensarlo». De hecho, ella aguantó durante tanto tiempo el dolor que le provocó el encogimiento de un tendón.

### Con dos prótesis

La cita con Leandro Iturralde es a escasos metros de La Perla, en el Atlético San Sebastián, lugar al que este donostiarra acude varias veces por semana. Se ejercita en las máquinas «con un poco de resistencia» y hace algo de bicicleta «pero una cosa sencillita, procuro mover el cuerpo». Luego, acaso, diez minutos de sauna, y depende del día se sumerge en las aguas de La Concha. Eso sí, a partir de los 13 grados. «El agua helada no es beneficiosa», opina.

Leandro se cuida y disfruta de una buena calidad de vida. Pero no siempre fue así. Este donostiarra sabe lo que es vivir con dolor. En 2009, se operó de la cadera izquierda para que le colocaran una prótesis y, en 2012, de la derecha. También se confiesa encantado.

Leandro sufría el clásico desgaste de cadera. «En la intersección entre la cadera y el fémur tenemos cartilago con cierto grosor. Cuando empieza a deteriorarse se va perdiendo, hasta que llega el punto en el



Arriba, Maialen Goia, que se sometió a una cirugía mínimamente invasiva, y abajo Leandro Iturralde, que lleva dos prótesis de cadera. Los dos aseguran que tras ser operados dejaron de sufrir dolor.

■ ARIZMENDI

que los huesos empiezan a tocar», explica. «Entonces ya no puedes dar ni un paso, sientes mucho dolor. Es muy incómodo y doloroso», reconoce. Hasta el punto de alterar los planes del día a día.

Procuró aguantar. «Piensas que igual se pasa, pero no. Cada vez va molestando más. ¿Si tomaba medicamentos para el dolor? Sinceramente, trataba de no tomarlos, no sé si eso es bueno o malo». En ese punto el médico le dijo que la solución era pasar por el quirófano. Ha-

bía que operar «porque cada vez iba a peor».

Leandro se puso en manos de Juan Carlos Camborda, un traumatólogo al que conocía porque es otro asiduo al Atlético San Sebastián, de cuyos socios «había operado a cuatro o cinco personas de lo mismo y había dejado a todos fenomenal. Eso te da mucha garantía y tranquiliza».

El donostiarra reconoce que una vez decidida la intervención, más que el quirófano «lo que te da respeto es lo desconocido, lo que va a

pasar, cómo será esto. Por eso tener confianza con el doctor es muy importante, es fundamental».

La operación se suele realizar habitualmente bajo anestesia epidural –duermen al paciente de cintura para abajo– y algo de sedación. Suele durar un par de horas. Al día siguiente toca estar en cama y, si todo va según lo previsto, a las 48 horas es cuando el paciente empieza a levantarse y comienzan, poco a poco, los paseos con dos muletas. El ingreso suele durar unos 5 días y

**AULAS DE SALUD**

## ¿Sufres dolores de cadera?

Desde la cirugía mínimamente invasiva a la prótesis de cadera.

> **HOY**  
> **19:30 h.**  
> **AQUARIUM**. SAN SEBASTIÁN  
> ENTRADA LIBRE. HASTA COMPLETAR AFORO