

# Tema Central: Lesión del Ligamento Cruzado Posterior

El ligamento cruzado posterior, o LCP, es una banda de tejido que cruza el centro de la articulación de tu rodilla.

Conecta el hueso fémur de tu muslo con el hueso de la parte inferior de la pierna.

El LCP ayuda a estabilizar la rodilla y ayuda a controlar la rotación.

Una lesión del LCP puede variar en gravedad. Puede ser un leve estiramiento o hasta un desgarro total del ligamento.

Los síntomas pueden incluir inflamación, dolor, y rigidez alrededor de la rodilla.

El dolor puede empeorar con el tiempo.

Quizá también tengas dificultad para caminar y que sientas que la rodilla no es estable, y que ceda.

El tratamiento dependerá de la severidad de tu lesión y si otras partes de tu rodilla están lastimadas.

Un leve desgarro se puede tratar en casa con analgésicos de venta libre y hielo.

Usa la bolsa de hielo 15 a 20 minutos cada vez.

Puedes usar muletas o usar una rodillera con bisagras. La fisioterapia puede ayudar a fortalecer y estabilizar tu rodilla.

Tal vez sea necesaria una cirugía si hay un desgarro severo. Pero no se hace a menos que hayas dislocado tu rodilla o que tengas desgarros múltiples de ligamentos.

Para aprender más sobre la lesión del ligamento cruzado posterior, habla con tu doctor.