



UNIVERSIDAD ARTURO MICHELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE FISIOTERAPIA

**EFECTOS DEL EJERCICIO EXCÉNTRICO EN RECONSTRUCCIONES DE
LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR**

David Daniel Montoya Moreno.
Nigel De Jesús Quintero Solórzano.
Oliver Gerardo Rivero Rodríguez.
Lcda. Victor Abzueta.
Abril, 2025

RESUMEN

Los ejercicios excéntricos son una de las metodologías más usadas para la rehabilitación de las reconstrucciones de ligamento cruzado anterior (LCA), esta da muchos beneficios como una recuperación rápida de la funcionalidad de las musculaturas del muslo, ayuda a tener recuperaciones rápidas del volumen y la fuerza de dicho segmento. Por ello, que el objetivo de esta revisión sistemática es analizar los efectos del ejercicio excéntrico en reconstrucciones de ligamento cruzado anterior (LCA). Asimismo, este estudio se enmarcó en una investigación de tipo observacional retrospectiva con modalidad de revisión sistemática cuantitativa, basada en la recopilación dentro de bases de datos de PubMed y Google Académico, incluyendo artículos que hicieron uso de los ejercicios excéntricos en lesiones de LCA y su respectivo enfoque post operatorio. Tras analizar 7 estudios se pudieron evidenciar que se midieron las variables de volumen de la pierna operada y sana, ganancias de fuerza máxima en torques de fuerza en máquinas isoquísticas, puntuación de resultados en escala de Lysholm. La fisioterapia en combinación de los ejercicios excéntricos resultó ser positiva para rehabilitación mediana y tardía de las complicaciones de las reconstrucciones de ligamento cruzado anterior, no obstante se evidenciaron que también hay casos donde todavía se reportan disfunciones y desbalances musculares a un año posterior de la lesión.

Palabras Clave: Ejercicio Excéntrico, Reconstrucción LCA, Rehabilitación, Fuerza Muscular, Recuperación Funcional

