

Esguinces

→ Esguince de Tobillo.

Este tipo de esguince es muy común ya que se produce cuando te doblas, tuerces o giras el tobillo de una forma extraña.

Esto puede ocasionar estirones o desgarrar las bandas resistentes de tejido que ayudan a mantener los huesos del tobillo unidos.

→ Esguince de muñeca.

Los esguinces de muñeca son de las lesiones más comunes que se producen por caídas ya que la mano se suele doblar cuando golpea el suelo, provocando una lesión en los ligamentos que rodean a dicha articulación es decirse se han estirado o roto ligamentos.

→ Esguince de Hombro.

Son roturas de los ligamentos que sostienen la articulación del hombro en su

...291nive21

lugar, esto es muy común especialmente entre los deportistas que participan en deportes de alta velocidad.

→ Esquince de Cuello

es un estiramiento o desgarro de los tejidos blandos del cuello, como los músculos, los tendones, los ligamentos.

→ Esquince de Pie

es una lesión que sucede cuando el pie aterriza de manera inconveniente por lo cual, algunos ligamentos se pueden estirar o romperse.

→ Esquince de Rodilla

los esquinces de rodilla se producen cuando se rompen los ligamentos que unen el fémur con la tibia.