

## Capítulo 1: Introducción y problema a investigar.

### 1. Marco teórico

#### 1.1 Descripción de la condición.

La tendinopatía del epicóndilo lateral del codo, también conocida como codo de tenista, es una patología crónica degenerativa que se origina en el epicóndilo lateral del húmero<sup>1</sup>. Esta condición se caracteriza por dolor o irritación en la región lateral del codo, lugar donde se encuentra la inserción proximal de la musculatura extensora de muñeca<sup>1</sup>, ubicándose el sitio primario de la lesión en el origen del músculo extensor radial corto del carpo<sup>2</sup>.

Se produce en personas que realizan actividades que impliquen una pronosupinación repetida y/o extensión de muñeca, sobre todo con el brazo en extensión completa<sup>3</sup>. La tendinopatía en el epicóndilo lateral del húmero tiene una frecuencia de siete a diez veces más que en la tendinopatía medial del húmero (también llamado “codo de golfista”)<sup>4</sup>. Ambas condiciones se suelen dar entre la cuarta y quinta década de vida, sin predilección con respecto al sexo<sup>4</sup>. En cuanto a la población general, la incidencia anual va de un 1 a 3% con una relación de 3:1 entre brazo dominante y no dominante<sup>4</sup>.

Para describir las estructuras involucradas en la tendinopatía epicondílea, tenemos que definir la articulación involucrada, en este caso, el codo. Esta articulación une el húmero con la ulna y el radio, realiza la función de flexoextensión de codo y se compone por 3 articulaciones: Húmero-radial, húmero-ulnar y radio-ulnar proximal, siendo esta última la que permite realizar el movimiento involucrado en la tendinopatía lateral del codo: la pronosupinación de antebrazo.<sup>5</sup>

Respecto a la musculatura epicondílea en el caso del tenis, el codo participa activamente de los diferentes golpes que se realiza en dicho deporte, como lo son la derecha, revés, voleas, entre otros.<sup>5</sup> La lesión se produce por la acción de los extensores e inclinadores radiales de la muñeca que se ven involucrados en dichos