

PRINCIPALES CAUSAS DEL DOLOR DE MANO Y MUÑECA

IBUPROFENO ESTÁ INDICADO COMO ANALGÉSICO Y ANTIINFLAMATORIO PARA EL ALIVIO SINTOMÁTICO DEL DOLOR DE MANO Y MUÑECA

SÍNDROME DEL TÚNEL DEL CARPO

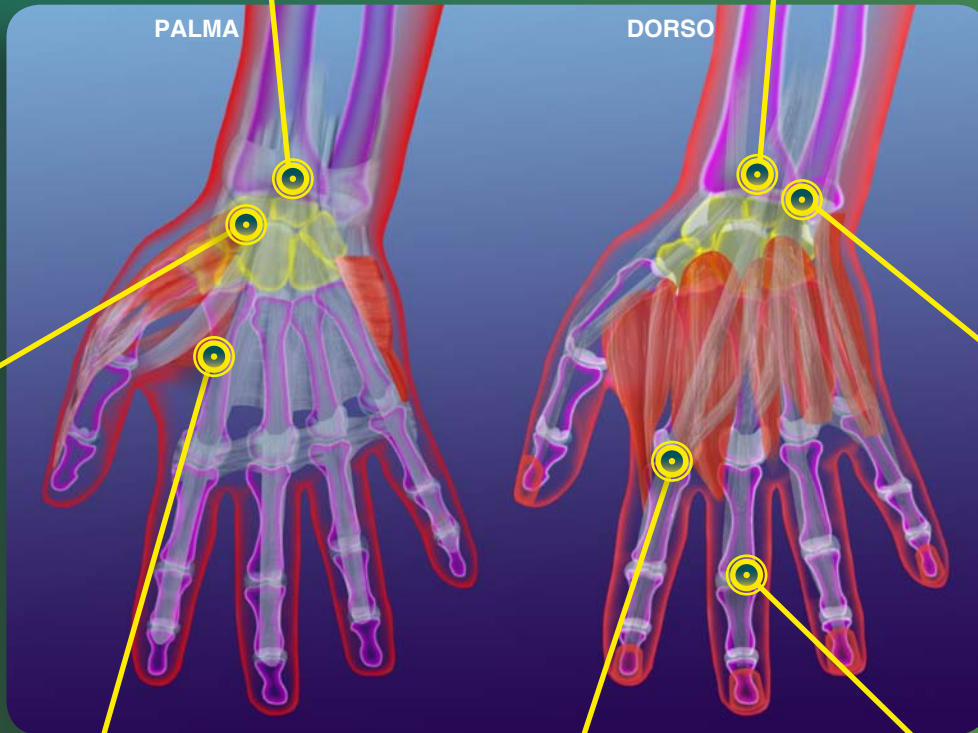


FRACTURA DE COLLES O DEL EXTREMO DISTAL DEL RADIO

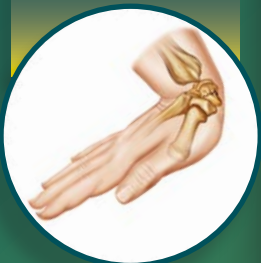


PALMA

DORSO



FRACTURA DEL HUESO ESCAFOIDES



ESGUINCE DE MUÑECA



FASCITIS PALMAR



ARTRITIS REUMATOIDEA



OSTEOARTRITIS



PRINCIPALES CAUSAS DEL DOLOR DE MANO Y MUÑECA



SÍNDROME DEL TÚNEL DEL CARPO¹

- Se presenta por la compresión del nervio mediano dentro del canal compuesto por huesos y ligamentos de la muñeca.
- Se caracteriza por entumecimiento, hormigueo y, en ocasiones, debilidad en los tres primeros dedos de la mano y la mitad del cuarto (se excluye el dedo meñique). Los síntomas suelen empeorar en la noche.
- Entre sus causas están la anatomía de la muñeca, actividades como tipear en la computadora o trabajar con herramientas que vibran y enfermedades como el hipotiroidismo, la obesidad o la diabetes. Al examen físico se reproduce el dolor al golpear el nervio con el dedo (signo de Tinel).
- El tratamiento se basa en antiinflamatorios no esteroides, fisioterapia, utilización de ortesis y en casos graves, cirugía.



FRACTURA DEL HUESO ESCAFOIDES²

- El hueso escafoides es el más pequeño de la muñeca y el que tiene mayor probabilidad de fracturarse.
- En general, el hueso se fractura al caer con las manos hiperextendidas ya que el peso del cuerpo recae sobre la mano.
- El dolor y la inflamación en la base del pulgar son síntomas característicos.
- El tratamiento quirúrgico depende de la ubicación de la fractura y, en todos los casos, se controla el dolor con analgésicos del tipo ibuprofeno.



FASCITIS PALMAR³

- La fascitis palmar es una enfermedad inflamatoria poco frecuente que se caracteriza por la deformidad en la flexión de los dedos de la mano, secundaria al engrosamiento de la fascia o membrana que recubre los tendones.
- La causa es desconocida, aunque se ha relacionado con tumores y cáncer (páncreas, ovario, etc.). En ocasiones se asocia con poliartritis, una enfermedad en la que varias de las articulaciones del cuerpo están inflamadas.
- Se trata la enfermedad asociada y se controla el dolor con analgésicos como el ibuprofeno.



ARTRITIS REUMATOIDEA⁴

- Es una afección autoinmune que puede afectar cualquier articulación, sobre todo las de los dedos de las manos, y que produce destrucción del cartílago, del hueso y, en algunos casos, de los tendones y ligamentos.
- Los síntomas son inflamación, dolor y rigidez de predominio matutino; en casos graves, deformidad. En general, afecta ambas manos y muñecas y a otras articulaciones del cuerpo como los tobillos, las rodillas y los codos.
- Se trata con medicamentos que modifican el curso de la enfermedad, analgésicos y antiinflamatorios como el ibuprofeno, para aliviar el dolor y la inflamación.



OSTEOARTRITIS⁵

- Es la degeneración del cartílago de la articulación que puede afectar también los dedos de las manos y la base del primer dedo.
- Se produce disminución del espacio de la articulación y dolor por fricción, pérdida de movilidad y de flexibilidad.
- Es una enfermedad asociada con la edad, el uso excesivo de la articulación, los traumas y las enfermedades como diabetes o gota. Es dolorosa, se puede asociar con rigidez, inflamación y, en casos graves, a la aparición de brotes óseos o nódulos en las articulaciones.
- Se trata con analgésicos como el ibuprofeno, terapia física y ejercicio.



ESGUINCE DE MUÑECA⁶

- El esguince de muñeca se produce con frecuencia debido a una caída sobre la palma de la mano con la muñeca en hiperextensión, forzando en exceso los ligamentos. También es común en personas que practican deportes como tenis, golf o gimnasia deportiva.
- Hay dolor y, en ocasiones, inflamación o hematoma y limitación para los movimientos.
- El tratamiento se hace con analgésicos y antiinflamatorios como el ibuprofeno, uso de férulas y fisioterapia.



FRACTURA DE COLLES⁷ O DEL EXTREMO DISTAL DEL RADIO

- Es una de las fracturas más comunes, en ella se quiebra el extremo distal del radio cerca de la muñeca.
- La mayoría de las veces se fractura cuando la persona cae con los brazos extendidos. Otras causas son la osteoporosis y la práctica de deportes como el esquí o el patinaje.
- Se presenta dolor intenso, edema, deformidad y limitación para mover los dedos.
- El tratamiento se debe hacer de inmediato, ya sea con reducción cerrada de la fractura o con cirugía. El dolor y la inflamación se tratan con medicamentos como el ibuprofeno.

1. Carpal tunnel syndrome. American Academy of Orthopaedic Surgeons. orthoinfo.aaos.org/topic.cfm?topic=a00005. Último acceso 16 de febrero, 2016.

2. Scaphoid Fracture of the Wrist. American Academy of Orthopaedic Surgeons. orthoinfo.aaos.org/topic.cfm?topic=A00012&webid=24DDEB51. Último acceso 19 de febrero, 2016.

3. Santra Gouranga. Paraneoplastic palmar fasciitis and polyarthritis syndrome. The Journal of the Association of Physicians of India 57:79-81, 2009.

4. Handout on health: Rheumatoid arthritis. National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases. niams.nih.gov/Health_Info/Rheumatic_Disease/default.asp. Último acceso 22 de febrero, 2016.

5. Osteoarthritis. National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases. niams.nih.gov/Health_Info/Osteoarthritis/default.asp. Último acceso 21 de febrero, 2016.

6. Wrist sprains. American Academy of Orthopaedic Surgeons. orthoinfo.aaos.org/topic.cfm?topic=A00023. Último acceso 10 de febrero, 2016.

7. Wrist fractures. American Society for Surgery of the Hand. handcare.assh.org/Hand-Anatomy/Details-Page/ArticleID/27933/Wrist-Fractures.aspx. Último acceso 16 de febrero, 2016.