

TENDINITIS DE DEQUERVAIN

LMCV – 12 - 2011

TENDINITIS DE DEQUERVAIN

La tendinitis de DeQuervain es una condición que se genera por irritación e inflamación de los tendones que se encuentran en el borde del pulgar de la muñeca.

La irritación causa que el revestimiento del compartimiento alrededor de los tendones se inflame, cambiando así su forma; esto hace difícil a los tendones moverse como debieran.

La inflamación puede causar dolor y sensibilidad en el borde del pulgar de la muñeca, el que usualmente se manifiesta al tratar de hacer un puño, agarrando o tomando cosas, o rotando la muñeca.



Inflamación alrededor de los tendones en la base del pulgar genera dolor con el movimiento.

TENDINITIS DE DEQUERVAIN

LMCV – 12 - 2011

Síntomas

El síntoma central es dolor sobre el lado del pulgar de la muñeca. Este puede aparecer gradualmente o en forma brusca. Se siente en la muñeca pero puede irradiarse hacia el antebrazo.

Normalmente el dolor empeora con el uso de la mano y el pulgar, especialmente al tomar objetos con fuerza o al girar la muñeca.

Es posible evidenciar inflamación sobre el lado del pulgar de la muñeca, también puede haber un quiste en esta zona.

Ocasionalmente puede ocurrir que el pulgar se traba al moverlo. Debido al dolor e inflamación, durante actividades como hacer una pinza, puede haber dificultad en mover el pulgar y la muñeca. La irritación del nervio que está encima de la vaina tendínea, puede causar adormecimiento en la parte de atrás del dedo, pulgar e índice.

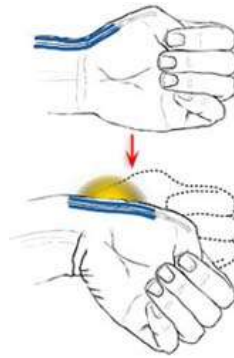
Diagnóstico

Generalmente se realiza la maniobra de Finkelstein. En esta prueba, el paciente debe cerrar su mano haciendo un puño con los dedos sobre el pulgar. A continuación la muñeca es doblada en dirección al dedo meñique.

Esta prueba puede ser dolorosa para la persona con tendinitis de DeQuervain. Dolor a la palpación directa sobre los tendones del lado pulgar de la muñeca, es sin embargo, el hallazgo más frecuente.

TENDINITIS DE DEQUERVAIN

LMCV – 12 - 2011



Maniobra de Finkelstein usada para diagnosticar tendinitis de DeQuervain.

Tratamiento

El objetivo es aliviar el dolor causado por la irritación e inflamación. En algunos casos, se recomienda el reposo de la actividad del pulgar y la muñeca usando una férula o splint.

Medicamentos antiinflamatorios ingeridos por vía oral o inyectados en ese compartimiento tendíneo pueden ayudar a reducir la inflamación y aliviar el dolor.

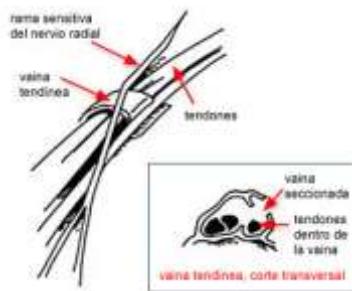
La utilización de la terapia láser la cual produce un aumento de la actividad celular en el tejido tratado, se traduce clínicamente en la capacidad propia del tejido de resolver aceleradamente por sí mismo una serie de alteraciones comunes tal como la inflamación. Actuando como antiinflamatorio y analgésico.

TENDINITIS DE DEQUERVAIN

LMCV – 12 - 2011

En algunos casos, simplemente el no realizar las actividades que causan dolor e inflamación, puede aliviar la sintomatología. Cuando los síntomas son severos o no mejoran, la cirugía puede estar recomendada.

La cirugía consiste en abrir el compartimiento para generar más espacio a los tendones irritados. La actividad normal de la mano puede ser reasumida una vez que pasan las molestias de la cirugía y se recupera la fuerza.



En la cirugía se abre la vaina sobre los tendones inflamados

¿Cómo evitar la Tendinitis de DeQuervain?

- ✚ No se deben realizar actividades repetitivas de agarres fuertes con giros o desviaciones cubitales y radiales de la manopara prevenir la enfermedad. Se considera movimiento repetitivo a aquel que se repite en ciclos inferiores a 30 segundos.
- ✚ Cuando se deba cargar o coger algo, se debe realizar con todo el brazo, no usar solamente la muñeca (las palmas deben estar abiertas y planas).
- ✚ No se debe apretar con fuerza los objetos que sostenga con sus manos.