

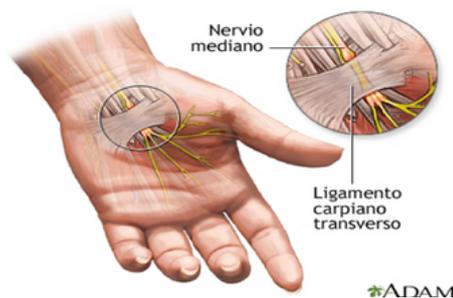
Síndrome del Túnel Carpiano



Anatomía:

Nervio Mediano:

Es el nervio en la muñeca que permite la sensibilidad y el movimiento a partes de la mano.



UCR OBS Oficina de Bienestar y Salud
 (los tres dedos medio) mano al tacto, dolor).

Túnel Carpiano

Es un conducto que se extiende desde la muñeca hasta la mano.

Está compuesto por tendones, ligamentos y huesos. Está constituido por una "U" de tipo óseo (la hilera distal de los huesos del carpo) que está cerrado por un techo ligamentoso rígido (el ligamento transverso del carpo).



El tamaño de este espacio delimitado es inextensible por naturaleza, no puede aumentarse naturalmente. Este "túnel" representa una región estrecha y de gran pasaje en el que el nervio mediano se encuentra asociado con los nueve tendones flexores de los dedos y del pulgar.

Síndrome del Túnel Carpiano

El síndrome del túnel carpiano se presenta cuando se estrecha el túnel o cuando se inflaman los tejidos que rodean a los tendones flexores, lo que ejerce presión sobre el nervio mediano.

Estos tejidos se llaman “membrana sinovial.” Normalmente, la membrana sinovial lubrica los tendones, lo que facilita el movimiento de los dedos.

Cuando se inflama la membrana sinovial, ocupa lugar en el túnel carpiano y, con el transcurso del tiempo, presiona al nervio. Esta presión anormal en el nervio puede dar como resultado dolor, entumecimiento, cosquilleo y debilidad en la mano.



Causas:

La mayoría de los casos del síndrome del túnel carpiano están causados por una combinación de factores. Los estudios demuestran que las mujeres y las personas adultas tienen más posibilidades de padecer esta afección.

Otros factores de riesgo de padecer síndrome del túnel carpiano incluyen los siguientes:

Hereditario. Probablemente este es un factor importante. El túnel carpiano puede ser más pequeño en algunas personas o puede haber diferencias anatómicas que cambian el espacio disponible para el nervio. Estos rasgos pueden ser hereditarios.

Uso repetitivo de la mano. Repetir los mismos movimientos o las mismas actividades de la mano y la muñeca durante un período prolongado puede perjudicar los tendones de la muñeca, lo que causa inflamación que ejerce presión sobre el nervio.

Posición de la mano y la muñeca. Hacer actividades que implican flexión o extensión extremas de la mano y la muñeca durante un período prolongado puede aumentar la presión sobre el nervio.

Embarazo. Los cambios hormonales durante el embarazo pueden causar inflamación.

Enfermedades. La diabetes, la artritis reumatoide y el desequilibrio de la glándula tiroides son afecciones que están relacionadas con el síndrome del túnel carpiano.

Síntomas:

Los síntomas del síndrome del túnel carpiano pueden incluirlos siguientes:

- Entumecimiento, cosquilleo, ardor y dolor, principalmente en los dedos pulgar, índice, medio y anular;
- Sensaciones ocasionales similares a un espasmo que se irradia hacia los dedos pulgar, índice, medio y anular;
- Dolor o cosquilleo que se extiende por el antebrazo hasta el hombro;
- Debilidad y torpeza en la mano, esto puede dificultar los movimientos finos, como abotonarse la ropa;
- Dejar caer objetos; a causa de la debilidad, el entumecimiento o la pérdida de propiocepción (percepción de dónde se encuentra la mano en el espacio).

En la mayoría de los casos, los síntomas del síndrome del túnel carpiano comienzan gradualmente, sin una lesión específica. Al principio, muchos pacientes descubren que sus síntomas aparecen y desaparecen. Sin embargo, a medida que empeora la afección, los síntomas pueden presentarse con más frecuencia o pueden persistir durante períodos más prolongados.

Evaluación médica:

1) Historia clínica detallada

2) Examen Físico:

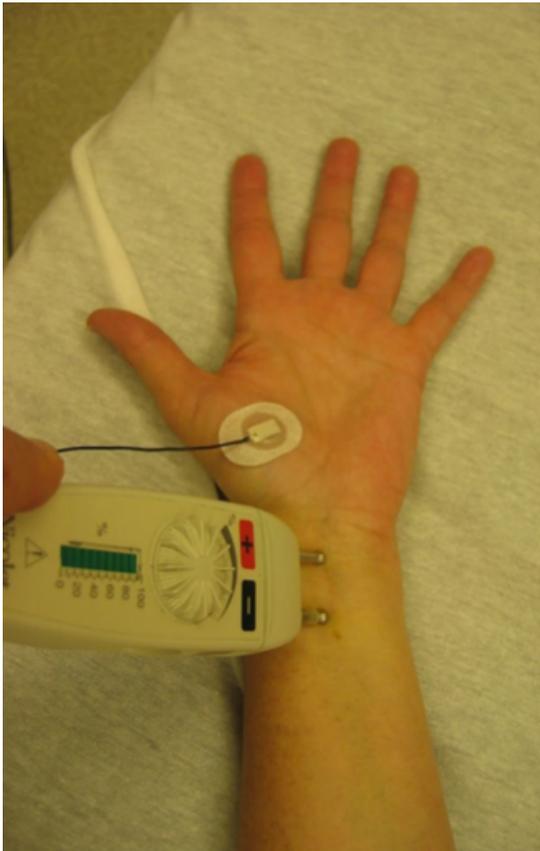
ü presionará o golpeará ligeramente a lo largo del nervio mediano, en la cara interna de la muñeca, a fin de ver si esto causa entumecimiento o cosquilleo en los dedos (signo de Tinel);

ü flexionará y sostendrá en esa posición ambas muñecas para evaluar si tiene entumecimiento o cosquilleo en las manos;

ü pondrá a prueba la sensibilidad de las puntas de los dedos y las manos, tocándolos suavemente con un instrumento especial, mientras tiene los ojos cerrados;

ü revisará que no tenga debilidad en los músculos alrededor de la base del pulgar;

ü buscará atrofia en los músculos alrededor de la base del pulgar. En los casos graves, estos músculos se pueden volver visiblemente más pequeños.



Pruebas Diagnósticas:

- Electrofisiológicas: Ayudarán al médico a medir qué tan bien funciona el nervio mediano y a determinar si hay mucha presión sobre el nervio. Entre estas están:
 - Estudios de conducción nerviosa
 - Electromiografía (EMG)
- Ultrasonido.
- Radiografía.
- Resonancia Magnética.

Tratamiento:

Importante es la evaluación y diagnóstico temprano (Demora o detiene la evolución de la enfermedad)

Aunque es un proceso gradual, para la mayoría de las personas, el síndrome del túnel carpiano empeorará con el transcurso del tiempo si no recibe algún tipo de tratamiento.



No Quirúrgico:

- Colocación de férula.
- Anti-inflamatorios vía oral
- Cambios en la actividad (laboral o recreativa)
- Ejercicios de deslizamiento del nervio mediano (Fisioterapia).
- Infiltración del área afectada con esteroides.

Quirúrgico:



Si el tratamiento no quirúrgico no alivia los síntomas después de un tiempo, el médico puede recomendar la cirugía.

La decisión de someterse a una cirugía se basa en la gravedad de los síntomas: cuánto dolor y entumecimiento tiene en la mano. En los casos de muchos años con entumecimiento constante y deterioro de los músculos del dedo pulgar, se puede recomendar la cirugía para evitar daños irreversibles.

En los casos de muchos años de síndrome del túnel carpiano con pérdida grave de la sensibilidad o pérdida de músculo alrededor de la base del dedo pulgar, la recuperación también será más lenta. Para estos pacientes, la recuperación total tal vez no sea posible.

En ocasiones, el síndrome del túnel carpiano puede reaparecer, aunque esto es muy poco común. Si esto sucede, tal vez necesite tratamiento o cirugía adicionales.

Fuentes

- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000433.htm>
- http://mitunelcarpiano.org/1_1_anatomia.html
- <https://orthoinfo.aaos.org/es/diseases--conditions/sindrome-del-tunel-carpiano-carpal-tunnel-syndrome/>