

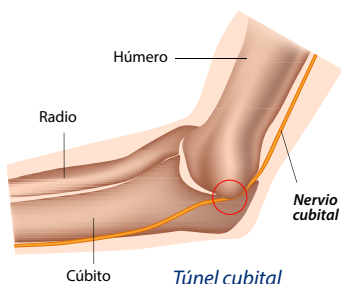
*“Trabajar con un terapeuta expert en mano puede marcar la diferencia entre el éxito y el fracaso en casos complejos de cirugía de la mano. El terapeuta extiende la continuidad de nuestra atención, además de actuar como asesor y entrenador para nuestros pacientes.”*

Marybeth Ezaki, MD, Ex Presidente, American Society for Surgery of the Hand

### ¿Qué es el síndrome del túnel cubital?

El nervio cubital es uno de los nervios principales en el brazo que va desde el cuello, a lo largo del brazo, a través del codo y hasta los dedos. Cuando este nervio se irrita o estira a la altura del codo, se puede desarrollar una condición llamada síndrome del túnel cubital. El síndrome del túnel cubital recibe su nombre del túnel por el que pasa el nervio. Cuando las personas dicen que golpean su “hueso de la risa”, en realidad es el nervio cubital.

#### Pinzamiento del Nervio Cubital



### ¿Qué causa el síndrome del túnel cubital?

El síndrome del túnel cubital tiene varias causas posibles. El nervio se puede estirar cuando el codo está flexionado por mucho tiempo con actividades como dormir o sostener un teléfono al oído. Otra causa puede ser la anatomía, ya que el nervio puede desplazarse sobre la parte ósea del interior del codo durante el movimiento. La presión directa sobre el codo, la flexión frecuente o la actividad física intensa del codo también pueden irritar el nervio.



*La flexión sostenida y repetida del codo puede causar el síndrome del túnel cubital*

### ¿Cuáles son los síntomas del síndrome del túnel cubital?

El dolor, el adormecimiento, el hormigueo, y la debilidad en la mano son síntomas del síndrome del túnel cubital. El adormecimiento, o la pérdida de la sensibilidad, generalmente se siente en el dedo pequeño y el anular. Este adormecimiento puede convertirse gradualmente en dolor. Poner presión sobre el codo o golpearlo puede causar una sensación de “descarga eléctrica” en los dedos. Otros síntomas pueden incluir “torpeza” en la mano, o una deformidad en forma de garra en el dedo anular y el pequeño.

### ¿Cuál es el tratamiento del síndrome del túnel cubital?

Para el tratamiento conservador, el médico puede referir a un terapeuta de mano para educación e intervención para ayudar a aliviar los síntomas. Si los síntomas no mejoran, el médico le puede recomendar una cirugía. La cirugía implica aliviar la presión sobre el nervio. La terapia de mano se suele recomendar después de la cirugía.

### ¿Qué puede hacer un terapeuta de mano por mí?

El terapeuta de mano ayudará a determinar qué actividades agravan los síntomas e instruirá sobre la modificación de estas actividades. El tratamiento puede incluir ejercicios para el brazo y la mano, el uso de cinta adhesiva, una férula acolchada para el codo, así como una ortesis hecha a la medida para el uso nocturno. Si se realiza la cirugía, la terapia ayudará a restaurar el rango normal de movimiento y la función del brazo y la mano.



*Ejemplo del ortesis nocturna para síndrome del túnel cubital*

Para encontrar un Terapeuta de mano en su área visite  
la American Society of Hand Therapists en [www.asht.org](http://www.asht.org) o llame al 856-380-6856.