

Tendinopatía de De Quervain

“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 la tendinopatía de De Quervain?

La tendinopatía de De Quervain compromete los tendones que van a lo largo del lado del pulgar en la muñeca. Los tendones anclan los músculos al hueso, y los tendones asociados con esta condición ayudan a separar el pulgar de la

palma. Estos tendones cuando se aproximan a la base del pulgar, van debajo de un “túnel” conocido como el primer compartimento dorsal. El paciente notará dolor en esta área ya que los movimientos de la muñeca y el pulgar hace que los tendones se muevan de un lado a otro debajo del túnel.

¿Cuáles son los síntomas de una tendinopatía de De Quervain?

El dolor se presentará en la muñeca, del lado del pulgar, se puede extender hacia abajo al pulgar o hacia arriba al antebrazo. Los pacientes se quejarán de dolor al intentar tocar el otro lado de la palma con el pulgar, al pellizcar o sujetar algo entre el pulgar y los dedos, y también al mover la muñeca. El movimiento de girar como cuando se exprime una toalla también puede ocasionar dolor.

¿Cuáles son las causas de la tendinopatía de De Quervain?

Se cree que la tendinopatía de De Quervain, también conocida como tendinitis de De Quervain o tenosinovitis de De Quervain, es el resultado del engrosamiento y estrechamiento del túnel del primer compartimento, o que puede ocurrir debido a la inflamación o degeneración de los tendones de dicho compartimento. Esto luego limita el deslizamiento libre y fluido de los tendones del pulgar a través del túnel. Esta condición puede asociarse con el sobreuso, o puede desarrollarse sin ninguna causa aparente. Las madres que recién han tenido un bebé pueden presentar tendinopatía de De Quervain, y se cree que se debe a la inflamación y a los cambios hormonales que ocurren con el embarazo y el parto.

¿Cuál es el tratamiento para la tendinopatía de De Quervain?

El tratamiento para la tendinopatía De Quervain puede ser quirúrgico o conservador (no quirúrgico).

El tratamiento conservador que el médico podría recomendar incluye medicamentos antiinflamatorios o una inyección de esteroides en el área de dolor. El médico puede también referir al paciente a un terapeuta de mano calificado para una evaluación. La intervención quirúrgica podría recomendarse cuando hay síntomas severos que han durado 6 meses o más.

La cirugía implica abrir el túnel del primer compartimento para restaurar el deslizamiento suave de los tendones del pulgar. Muchos pacientes no necesitan cirugía y pueden tratarse con éxito de forma conservadora.

¿Qué puede hacer el terapeuta de mano por mí?

El terapeuta de mano puede proveer un tratamiento conservador para la tendinopatía de De Quervain. Puede ayudar al paciente a determinar qué actividades agravan los síntomas y a modificar las actividades. El terapeuta puede también recomendar una férula hecha a la medida que incluya la muñeca y el pulgar para poner en reposo los tejidos lesionados. Después de la cirugía, la terapia de mano es importante para restaurar el rango de movimiento y para el retorno del paciente a sus actividades normales.



Ejemplos de ortesis hecha a la medida para tratar la tendinopatía de De Quervain