

## INFORMACIÓN PARA PACIENTES

# Edema de la Mano



**“Trabajar con un terapeuta experto 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 edema de la mano, o la inflamación de la mano?

Edema es inflamación causada por demasiado líquido atrapado en los tejidos corporales. El edema de la mano es un signo de inflamación de los tejidos o las articulaciones de la mano. Este líquido se puede acumular entre la piel y el tejido más profundo causando un aumento en el tamaño de la mano.

La inflamación puede aparecer de repente, como por ejemplo después de una lesión (con un hueso roto), o puede aparecer gradualmente a lo largo de meses a años (con la artritis).



*El edema de la mano es más evidente en la parte de atrás de la mano, como se muestra aquí*

### ¿Cuáles son los síntomas del edema?

Los síntomas del edema pueden incluir un aumento en el tamaño o la hinchazón del tejido. La piel que mantiene un hoyuelo después de ser presionada por varios segundos y que se ve estirada o brillante puede ser un signo de edema. Puede haber dolor, rigidez de las articulaciones o una sensación de llenura. Algunas veces puede haber un dolor sordo en el área inflamada.



*Ejemplo de dolor y rigidez en la mano, los cuales son síntomas comunes de edema de la mano*

### ¿Cuáles son las causas del edema de la mano?

El edema de la mano puede ser causado por trauma/lesión, infección, artritis y lesión por estrés repetitivo. La inflamación de la mano puede ser causada también por un yeso muy apretado. Dependiendo de la causa, el edema puede durar un corto tiempo, como cuando se presenta durante o después de hacer ejercicio. El edema crónico de la mano, o la inflamación que se desarrolla con el tiempo, con frecuencia es indicio de un proceso inflamatorio.

### ¿Cuál es el tratamiento para el edema de la mano?

Un profesional médico calificado puede realizar un examen físico para determinar la causa del edema de la mano. En función de la causa del edema, el tratamiento puede incluir reposo, elevación del brazo, inmovilización, antibióticos u otros medicamentos. También se puede recomendar la remisión a un terapeuta de mano.

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

Los terapeutas de mano pueden recomendar compresión para disminuir el edema, ejercicios para disminuir el edema y la rigidez y masaje especializado. También pueden educar acerca de la mejor posición del brazo para reducir el edema. La terapia de mano es muy importante para lograr el mejor resultado después de tener una mano inflamada.

*Ejemplo de un terapeuta de mano realizando un masaje especializado de la mano para reducir el edema.*



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.