

Tendinitis de Quervain

¿Qué es?

La tendinitis del primer compartimiento dorsal, más comúnmente conocida como tendinitis o tenosinovitis de Quervain, en honor al cirujano suizo Fritz de Quervain, es una condición producida por la irritación o inflamación de los tendones de la muñeca en la base del pulgar (**vea las Figuras 1 y 1A**). La inflamación causa que el compartimiento (un túnel o vaina) que rodea el tendón se hinche y se agrande, haciendo que los movimientos del pulgar y la muñeca resulten dolorosos. Apretar el puño, aferrar o sostener objetos—o a menudo niños—son movimientos comunes que la tendinitis de Quervain hace dolorosos.

¿Cuál es la causa?

La causa de la tendinitis de Quervain es una irritación de los tendones en la base del pulgar, motivada generalmente por la iniciación de una nueva actividad repetitiva. Las nuevas mamás son especialmente propensas a este tipo de tendinitis; el cuidado de un bebé provoca a menudo posiciones incómodas de la mano, y las fluctuaciones hormonales relacionadas con el embarazo y la lactancia contribuyen aun más a su aparición. Una fractura de la muñeca puede predisponer a un paciente a sufrir la tendinitis de Quervain, debido al aumento de tensión a través de los tendones.

Señales y síntomas

El dolor en la muñeca en el lado del pulgar es el síntoma principal. El dolor puede aparecer tanto en forma gradual como súbita, y se localiza en el primer compartimiento dorsal (**vea las Figuras 1 y 1A**) en la muñeca. Puede irradiar hacia el pulgar o hacia el antebrazo. Los movimientos de la mano y del pulgar aumentan el dolor, especialmente al aferrar algo o al torcer enérgicamente la muñeca. La hinchazón en la base del pulgar puede incluir un quiste lleno de fluido en esta región. Puede ocurrir ocasionalmente cierto “atascamiento” o “chasquido” al mover el pulgar. Debido al dolor y la hinchazón, los movimientos del tipo de pellizco pueden resultar difíciles. La irritación del nervio apoyado sobre la parte superior de la vaina del tendón puede causar insensibilidad en el dorso de los dedos pulgar e índice.

Diagnóstico

La señal más común es una gran sensibilidad directamente sobre los tendones de la muñeca en la zona del pulgar. Por lo general se hace una prueba en la que el paciente cierra el puño apretando el pulgar con los demás dedos. Se le hace entonces girar la muñeca en la dirección del dedo meñique (**vea las Figuras 2 y 3**). Esta maniobra puede resultar bastante dolorosa para la persona que sufre tendinitis de Quervain.

Tratamiento

La meta es aliviar el dolor causado por la irritación y la hinchazón. Su médico puede recomendar el uso de una férula para hacer descansar el pulgar y la muñeca. Puede indicarse el uso de medicamentos anti-inflamatorios por vía oral. Puede inyectarse también un esteroide del tipo de la cortisona en el compartimiento del tendón como otra opción de tratamiento. Cada uno de estos tratamientos no quirúrgicos ayuda a reducir la hinchazón, lo que por lo general alivia el dolor al paso del tiempo. En algunos casos, el simple hecho de interrumpir las actividades que originaron el problema permite que los síntomas desaparezcan por sí solos.

Cuando los síntomas son graves o no hay mejoría, puede ser conveniente la cirugía. El procedimiento quirúrgico abre el compartimiento para dejar más espacio para los tendones inflamados, lo cual quiebra el círculo vicioso en el cual el espacio restringido causa mayor inflamación. Generalmente puede recobrase el uso normal de la mano cuando se recupera la comodidad y la fuerza.

Su cirujano de mano recomendará el mejor tratamiento para su situación.

Figura 1: El primer compartimiento dorsal. Hay seis compartimientos en el dorso o parte exterior de la muñeca. El primer y el tercer compartimiento alojan los tendones que controlan el pulgar.

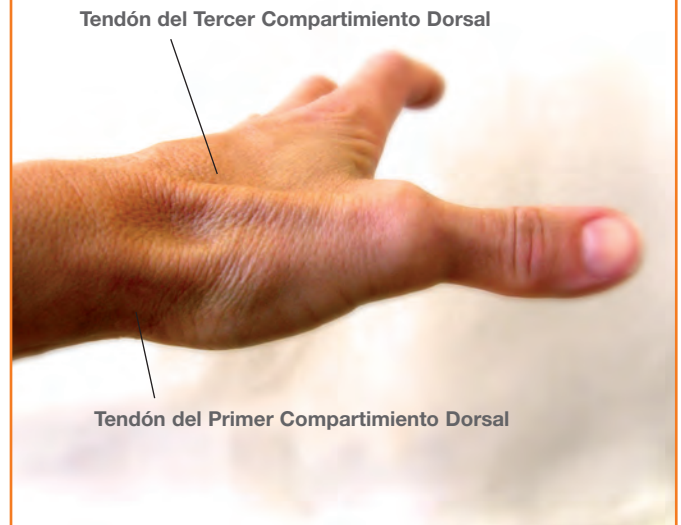
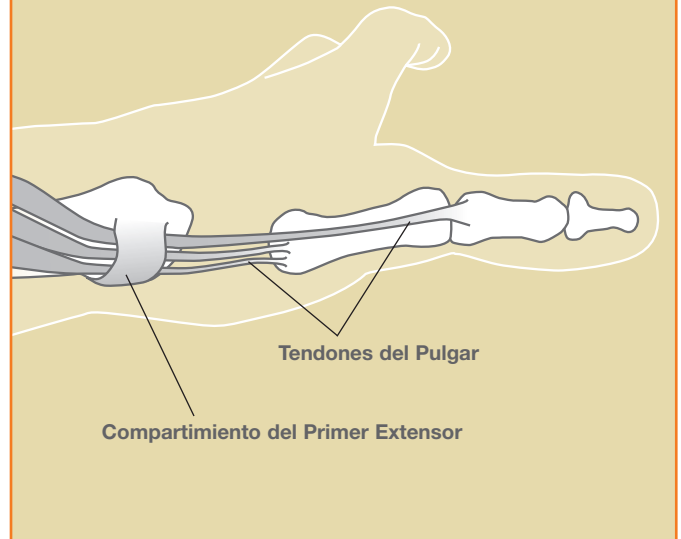


Figura 1A: Tendinitis de Quervain



Figuras 2 y 3: Maniobra de Finkelstein, una prueba útil para diagnosticar la tendinitis de Quervain. La Figura 2 muestra el primer compartimiento dorsal relajado, y la Figura 3 muestra el compartimiento estirado cuando se gira el puño en dirección del dedo meñique.

