

¿Qué es el Síndrome del túnel del carpo?

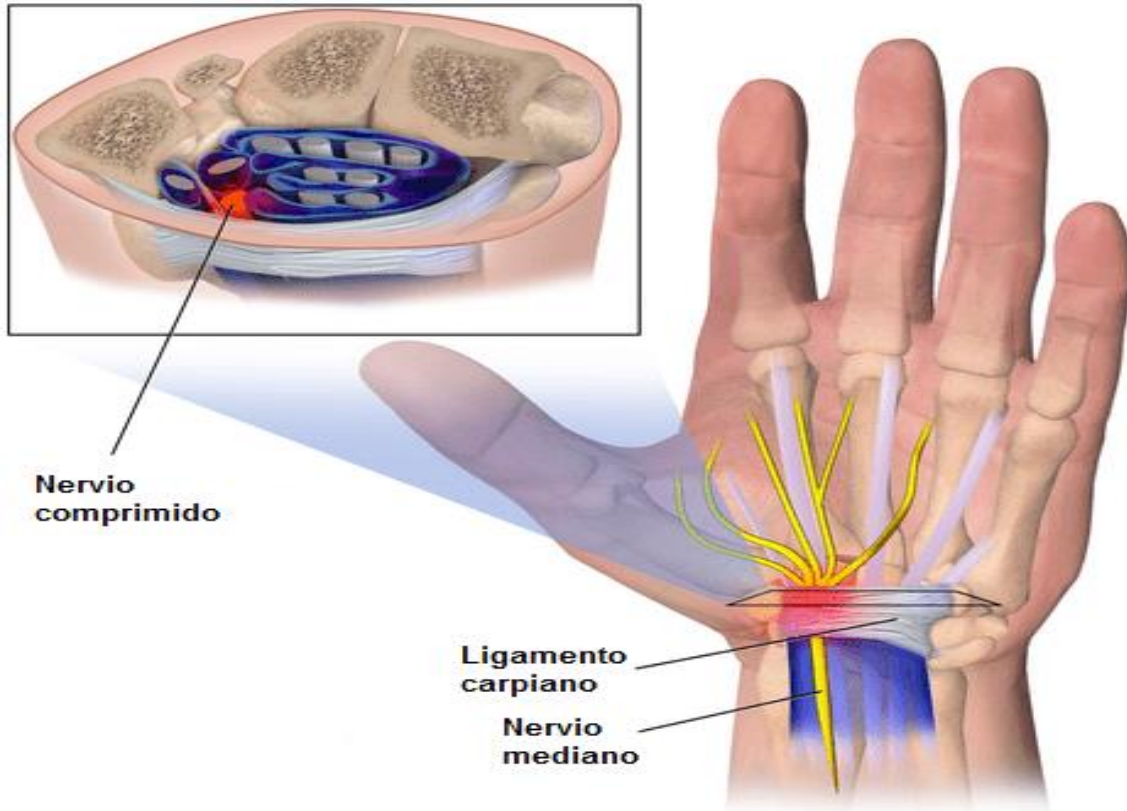
El túnel del carpo o túnel carpiano es un “canal anatómico” situado en la región de la muñeca, este canal está delimitado por los huesos del carpo en la parte posterior y el ligamento transversal del carpo en la parte delantera. Este ligamento se origina en el **escafoides y trapecio**, y se inserta en el gancho y el pisiforme.

Por este canal denominado túnel del carpo pasan una gran parte de los músculos flexores de la mano y de los dedos, por lo tanto, los músculos y tendones que se encargan de la flexión de la mano, pasan por este canal situado en la muñeca para luego algunos insertarse en los huesos del carpo y otros tendones llegar hasta los dedos de la mano

Dolor de muñeca - ¿Qué puede ser?

¿Tienes un dolor en la muñeca que no te deja en paz? ¿Hace días que no puedes realizar tus actividades de la vida diaria como trabajar en la computadora, ducharte y afeitarte correctamente, o si quiera tomar cosas de estantes porque el dolor y la debilidad no te lo permiten? El **Síndrome del Túnel Carpiano** es una patología en la que el nervio mediano se pinza o se comprime dentro de este túnel.

El **nervio mediano** viaja a través de este túnel e inerva los músculos del pulgar y la mano y parte de la piel de la palma de la mano. El **síndrome del túnel carpiano** es la **neuropatía (patología o lesión nerviosa)** más común en el miembro superior y consiste en la compresión o atrapamiento del nervio mediano como consecuencia al estrechamiento del túnel carpiano, y por lo tanto, la causa más común de **dolor de muñeca**.



Causas del síndrome del túnel carpiano

Los síntomas relacionados con la presión del nervio mediano en el túnel del carpo son secundarios a la inflamación de los tendones flexores, puede estar asociado con actividades repetitivas como escribir excesivamente, o utilizar la computadora.

Los problemas mecánicos pueden ser un factor que contribuye al trauma de la muñeca, tales como torceduras y el uso de herramientas de vibración como un martillo de demolición, generando en consecuencia el Síndrome del túnel del carpo. El dolor nocturno también puede estar asociada con posiciones del pulgar y de las manos. Al dormir, si la muñeca se mantiene en una posición sostenida de flexión, puede ocurrir que se pellizque el nervio mediano.

Hay factores que van a predisponer a padecer el síndrome del túnel carpiano. Las mujeres tienen tres veces más probabilidades de sufrirlo.

Problemas en los discos intervertebrales a nivel de la columna cervical también están asociados a este Síndrome doloroso.

Síntomas del Síndrome del Túnel Carpiano

Los síntomas incluyen entumecimiento, hormigueo, ardor, dolor y debilidad en la palma de la mano. El nervio mediano se encarga de la sensibilidad y la actividad muscular de la cara anterior del pulgar, dedo índice y la mitad del dedo anular, por lo que los síntomas ocurren en estas áreas. Con los casos más significativos de Síndrome del túnel del carpo, puede aparecer la atrofia de los músculos de la yema del pulgar (llamado la eminencia tenar). La debilidad también puede afectar el agarre en pinza entre el pulgar y el dedo índice.

En la primera etapa del Síndrome del túnel del carpo es sólo entumecimiento o adormecimiento en la noche y durante la primera hora después de despertar, esto evoluciona hacia la pérdida de la sensibilidad durante el día.

En etapas avanzadas del Síndrome del túnel del Carpo, la irritación del nervio mediano causa dolor en la muñeca y el antebrazo.

Es posible que la persona afectada tenga dificultad para dormir por la noche y se despierte con dolor y hormigueo.

Tratamiento del Síndrome del Túnel del Carpo

En el Centro de Descompresión de la Columna (CEDESCO) hacemos todas las evaluaciones para saber exactamente el origen del problema. Utilizamos medicamentos antiinflamatorios conjuntamente con Fisioterapia. El tratamiento fisioterapéutico para el Síndrome del túnel del carpo incluye la electroterapia, rayos laser, el masaje del tejido blando, el ejercicio y los estiramientos. **Hemos logrado resultados espectaculares utilizando ultrasonido en agua.** Los objetivos de la fisioterapia son mejorar la movilidad de los tejidos blandos, la flexibilidad del nervio mediano para disminuir su atrapamiento y restaurar y estimular la fuerza muscular.

Conclusión

El síndrome del túnel carpiano es la neuropatía más común en el miembro superior y ocurre por la compresión del nervio mediano a nivel del túnel del carpo. Las causas de esta patología son variadas, puede aparecer por movimientos repetitivos, traumatismo, genética, entre otros.

Sus síntomas son dolor, hormigueo, entumecimiento y debilidad en toda la región inervada por el nervio. Estos síntomas podrían presentarse por otras causas, por eso se debe hacer una evaluación detallada para

determinar si los síntomas realmente son por un síndrome del túnel carpiano o vienen de otro origen.

Para tratar el túnel carpiano tenemos dos vías: tratamiento conservador (fisioterapia) y tratamiento quirúrgico. El tratamiento conservador ha demostrado ser efectivo. **En CEDESCO con algunas pocas terapias hemos logrado el alivio y curación del dolor y afecciones presentadas.**



CEDESCO tiene la solución a su problema, sin cirugía y con novedosa terapia de restauración. Llámenos 23857632/33 y visite nuestra página

www.cedescogt.com