

Tendinitis de DeQuervain

Tendinitis de DeQuervain es una condición que se genera por irritación e inflamación de los tendones que se encuentran en el borde del pulgar de la muñeca. La irritación causa que el revestimiento del compartimiento alrededor de los tendones se inflame, cambiando así su forma; esto hace difícil a los tendones moverse como debieran. La inflamación puede causar dolor y sensibilidad en el borde del pulgar de la muñeca, el que usualmente se manifiesta al tratar de hacer un puño, agarrando o tomando cosas, o rotando la muñeca.

Anatomía

Dos de los tendones más importantes del pulgar pasan a través de un túnel o canal (series de poleas) localizados en la muñeca por el lado del pulgar. Los tendones son estructuras en forma de cuerdas que conectan los músculos al hueso. Los tendones están cubiertos por un tejido fino y viscoso, llamado membrana sinovial. Esta membrana o tejido permite que los tendones se deslicen con facilidad por el túnel. Grosor del tendón impide el deslice del tendón, causando dolor en el pulgar y la muñeca al mover el pulgar.

Causas

Tendinitis de DeQuervain es causada cuando los tendones en la muñeca en el área del pulgar se irritan o inflaman. La irritación causa que la membrana sinovial alrededor de los tendones se inflame, cambiando a su vez la forma del compartimiento. Este proceso dificulta el movimiento de los tendones como debería ser.

Esta condición es más común en mujeres de edad mediana. También, es asociada con el embarazo y puede ser encontrado en pacientes que sufren artritis inflamatoria como, artritis reumatóloga. Tendinitis puede ser agravada por uso excesivo.



Síntomas

- El síntoma más común es dolor sobre la base del pulgar y la muñeca. El dolor puede aparecer de gradualmente o de momento. El dolor se presenta principalmente en la muñeca y viaja hasta el antebrazo y pulgar. El dolor es peor con el uso de la mano y el pulgar, especialmente agarrando con fuerza o girando la muñeca.
- Inflamación sobre la muñeca en el área del pulgar, en algunas ocasiones la inflamación ocurre conjunta a un quiste en la misma región.
- Sensación de atrapamiento cuando se mueve el pulgar.

Diagnostico

El diagnostico se hace basado por un simple examen médico durante su visita al doctor. Generalmente se realiza una maniobra llamada Finkelstein. En esta prueba, se le pregunta al paciente cerrar la mano haciendo un puño con los dedos sobre el pulgar. Después la muñeca es doblada en dirección del dedo pequeño. Esta maniobra es dolorosa para el paciente con tendinitis de DeQuervain. Dolor al palpar directamente sobre los tendones del lado del pulgar de la muñeca es el síntoma más común.



Tratamiento

El objetivo en el tratamiento para tendinitis de DeQuervain es aliviar el dolor causado por irritación e inflamación.

Tratamientos sin cirugía

- **Férulas** pueden ser usadas para limitar el movimiento del pulgar y la muñeca.
- **Medicamentos antiinflamatorios sin esteroides (NSAID's)** tomar pastillas antiinflamatorias reducen la inflamación temporalmente.
- **Eliminar actividades que producen dolor** puede calmar los síntomas en algunos casos, si la condición no es severa.
- **Inyecciones** de cortisona pueden ser aplicadas alrededor del tendón para ayudar con la inflamación y el dolor.

Tratamiento quirúrgico

Cirugía puede ser recomendada si los síntomas son severos o si no ha mejorado con tratamientos conservativos. El objetivo principal de la cirugía es abrir el compartimiento que guarda los dos tendones, dejándole más espacio a los tendones ya irritados y permitiéndole deslizar.