

# Dedo en Gatillo

**D**edo en gatillo o tenosinovitis estenosante es una condición muy común que afecta los tendones de la mano que flexionan los dedos. Esta condición puede limitar el movimiento de los dedos y causar mucho dolor.

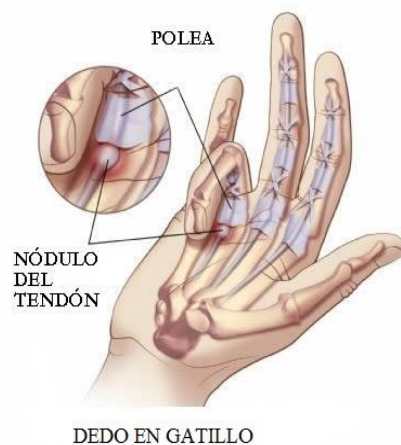
## Anatomía

Los tendones son tejidos en forma de cuerda que conectan los músculos a los huesos. En los dedos, las poleas forman un túnel bajo el cual los tendones se deslizan. Estas poleas mantienen a los tendones en estrecha relación con el hueso.

## Descripción

Dedo en gatillo se desarrolla cuando los tendones flexores se irritan, causando inflamación. Esta inflamación e irritación causa grosor de los tendones y la formación de nódulos. Cuando los tendones se inflaman estrechan su paso a través del canal o vaina. La polea del tendón también puede engrosarse, limitando el espacio en el túnel.

Si tiene dedo en gatillo, el tendón se queda trabado momentáneamente en la vaina del tendón y al estirarlo siente un tirón. Este tirón ocurre cuando el tendón trata de pasar por un espacio reducido. Después del tirón el dedo abrirá bruscamente causando dolor en el dedo y palma de la mano.



## Causas

La causa de dedo en gatillo es usualmente desconocida. Existen algunos factores que ponen a las personas a riesgo.

- Es más común en mujeres que hombres.
- Ocurre mas frecuente en personas entre 40 y 60 años de edad.
- Es más común en personas que padecen de ciertos problemas médicos tales como, diabetes, gota y artritis reumatóloga.
- Puede ocurrir después de actividades de tensión con la mano.

## Síntomas

Los síntomas de dedo en gatillo ocurren usualmente sin ningún incidente, pero también pueden ocurrir después de un periodo de uso excesivo de la mano. Uno o más dedos pueden ser afectados a la vez. Los síntomas incluyen:

- Doloroso nudo o engrosamiento en la palma de la mano.
- Hinchazón en las manos y dedos.
- Dolor al doblar y estirar los dedos
- Atrapamiento y sensación de tirón en los dedos.

La rigidez o trabazón ocurre comúnmente después de inactividad, por ejemplo en las mañanas. Los dedos mejorarán su movimiento con el uso durante el día. En algunas ocasiones cuando el tendón se libera de la polea, da la sensación que la articulación ha sido dislocada. En casos severos de dedo en gatillo, el dedo no se puede estirar, incluso con ayuda.

## **Examinación física**

Su doctor puede diagnosticar dedo en gatillo simplemente examinando sus manos y revisando su historia médica. No hay necesidad de realizar estudios para diagnosticar esta condición.

## **Tratamiento sin cirugía**

### ***Descanso***

Si los síntomas son leves, descansar los dedos puede ser suficiente para calmar el problema.

### ***Medicamentos***

Medicamentos sin receta, como antiinflamatorios sin esteroides (NSAIDs) o simple acetaminofén pueden ser usados para aliviar el dolor.

### ***Inyecciones de esteroides***

Su doctor puede tomar la decisión de administrarle una inyección de esteroide – antiinflamatorio fuerte – alrededor del tendón irritado. En algunos casos, la inyección mejora el problema, pero solo temporalmente, y en muchas ocasiones la aplicación de otra inyección es necesaria. Si una o más inyecciones no mejoran su problema, la cirugía debería ser considerada. Inyecciones son menos efectivas en pacientes que han sufrido de dedo en gatillo por largo tiempo o sufren de problemas médicos asociados como la diabetes.



### ***Procedimiento percutáneo de liberación del tendón***

El nuevo procedimiento percutáneo es una opción para algunos pacientes con este padecimiento. Este procedimiento permite liberar la polea con el uso de una aguja, permitiendo al tendón deslizarse sin atrapamiento y dolor. Este simple procedimiento se realiza en la oficina el día de su visita con el doctor. El paciente podrá removerse la venda al día siguiente y por lo general no es necesario un seguimiento con su doctor, puesto que no hay incisión. Tampoco, es necesario completar un curso de terapia no, ya que el paciente puede mover los dedos inmediatamente. Pregúntele a su doctor si usted es un candidato para este procedimiento.

## **Tratamiento quirúrgico**

Dedo en gatillo no es una condición peligrosa. La decisión quirúrgica es personal, basada en la severidad de los síntomas y si a fayado a tratamiento no quirúrgicos. En adición, si su dedo esta trabado en flexión, su doctor puede recomendar la cirugía para evitar rigidez permanente de los dedos.

### ***Cirugía***

El objetivo de la cirugía es extender el espacio del túnel para que el tendón pueda deslizarse fácilmente. Este procedimiento se hace usualmente en un centro ambulatorio, lo que significa que no pasara la noche en un hospital.

Se le administrará una inyección de anestesia local para adormecer el área durante el procedimiento. La cirugía es realizada por una incisión bien pequeña en la palma de la mano. Se corta la polea del tendón, dejando libre el tendón. La polea se formara nuevamente, pero esta vez más fina dejando mas espacio al tendón para moverse libremente.

### ***Complicaciones***

Raramente ocurren complicaciones después de la cirugía, pero posibles complicaciones incluyen:

- Limitación en extensión debido a rigidez persistente pasando la parte liberada.
- Persistente atrapamiento debido a liberación incompleta en la primera área de la polea.
- Infección

### ***Recuperación***

La mayoría de nuestros pacientes pueden mover los dedos inmediatamente después de la cirugía. Es común tener un poco de dolor en la palma de la mano. Usualmente mantener la mano elevada por encima del nivel del corazón después de la cirugía, ayuda a disminuir el dolor y la inflamación.

