



Consulta remota

Síndrome de túnel carpiano

¿Cómo se manifiesta esta afección y cómo se trata?

El síndrome de túnel carpiano es un problema que se encuentra de forma muy común en la consulta. En términos generales, es un atrapamiento del nervio mediano que ocurre a nivel de túnel del carpo, una estructura en la muñeca. Cuando el nervio se comprime dentro de este espacio, pueden surgir múltiples molestias neurológicas.

El primer síntoma suele ser una sensación de hormigueo, especialmente en los dedos pulgar, índice y medio, la cual es habitual durante la noche, interrumpiendo el sueño, o al despertar por la mañana.

A medida que el nervio sigue comprimido, la sensación de hormigueo ocurre durante el día, en medio de actividades, y el dolor se intensifica, acompañado de una sensación de quemazón o electricidad que puede extenderse hacia el antebrazo.

En etapas avanzadas comienza a disminuir la sensibilidad en

los dedos afectados y se puede experimentar sensación de fatiga rápida o pérdida de fuerza en la mano al realizar actividades cotidianas, como escribir.

La causa más común del síndrome de túnel carpiano es "idiopática", lo que significa que no sabemos exactamente qué predispone la aparición del cuadro. Este es cuatro veces más frecuente en mujeres y se da, habitualmente, desde los cuarenta años.

Es común escuchar que el uso prolongado del computador puede causar el síndrome de túnel carpiano, pero la evidencia no respalda esta relación. Si bien existen ciertos trabajos, como el manejo constante de maquinaria pesada con vibración, que pueden aumentar el riesgo, no es el caso para la mayoría de las actividades laborales.

El diagnóstico es principalmente clínico, es decir, el médico reconoce la afección por los síntomas. Sin embargo, en algu-

nos casos, es necesario realizar estudios de apoyo.

El tratamiento depende de la causa y de la gravedad. En mujeres embarazadas o en pacientes con condiciones metabólicas, intentamos controlar los factores subyacentes primero. Para casos leves, recomendamos el uso de férulas nocturnas, kinesiología y medicamentos que ayudan a reducir los síntomas.

Cuando estos son persistentes o severos, consideramos la cirugía. Esta intervención la realizamos de manera ambulatoria y con anestesia local. La cirugía consiste en liberar la compresión sobre el nervio mediano a nivel de túnel del carpo. La mayoría de los pacientes pueden retomar actividades cotidianas rápidamente, y las mejoras suelen ser significativas y permanentes.

En definitiva, el síndrome de túnel carpiano tiene un tratamiento muy efectivo, especialmente cuando el diagnóstico es preciso y se establece un plan adecuado para cada persona.



Responde: Sebastián von Unger, traumatólogo del Centro de Mano y Muñeca de la Clínica U. de los Andes.

Mande su pregunta al correo salud@mercurio.cl