

“En la noche me despertaba del dolor”, contó la actriz

Begoña Basauri se lesionó por cargar así a su guagua

ENRIQUE NIÑO

Por estos días, Begoña Basauri disfruta de unas relajadas vacaciones en Miami, por lo que su pinta habitual es ropa livianita, traje de baño, chaldas, lentes oscuros y... una muñequera en la mano derecha. Este último elemento no es un artículo veraniego de última moda, es una consecuencia de tomar tanto en brazos a Rosa, su hija de un año y casi nueve meses, quien

Se le produjo una tendinitis de De Quervain, algo más o menos habitual en las mamás.

ya pesa 13 kilos, lo que le generó una dolorosa tendinitis.

“Se llama tendinitis de De Quervain. Y es una tendinitis que también se conoce como la tendinitis del cuidador y es súper común. Yo subí una foto mostrando mi muñequera (que usa en la mano derecha como consecuencia de la tendinitis) en Instagram (@basauri) y me escribieron muchísimas mujeres diciéndome a *mí también me pasó*”, contó la actriz desde Estados Unidos.

¿Por qué se le produjo la tendinitis?



CECIDA

Begoña ahora tiene que tomar a Rosa con la mano izquierda, para cuidar su otra muñeca.

“Por el gesto que uno hace con la muñeca cuando te pones la guagua en la cadera (foto). Todo el peso de la guagua recae en la muñeca”.

¿Duele mucho?

“Es un dolor súper fuerte, la verdad. Yo tengo el umbral del dolor bien alto y soy bien poco alharaca, pero esto me ha dolido hartito. Me empezó hace como un mes y medio y hace tres semanas se puso insostenible. En la noche, parece que uno aprieta las manos, y me despertaba del dolor”.

¿Fue al médico?

“Tengo un primo que es traumatólogo y especialista en codo y mano. Me dio la muñequera y me mandó unos ejercicios para elongar el tendón. Eso y la muñequera me han aliviado heavy el dolor. Tuve que dejar de tomar a la Rosa por el lado derecho y ocupar más el antebrazo que la muñeca en sí”.

Tomás Basauri, traumatólogo y primo de Begoña, explica que la tendinitis de De Quervain afecta el “primer compartimento extensor de los tendones de la muñeca, que son dos tendones que pasan por el lado radial de la muñeca,

que está hacia el lado del pulgar, y que, precisamente, mueven el pulgar y es una lesión de sobreuso, que puede ser por una fuerza muy grande hecha una vez o un par de veces o por fuerzas más pequeñas que se repiten en el tiempo”.

El médico agregó que “el tratamiento tiene distintas etapas. La primera es el manejo del dolor. Si no puedo usar medicamentos antiinflamatorios, usar un inmovilizador de pulgar y también dejamos algunos ejercicios, que lo puede hacer el paciente por su cuenta o bajo el apoyo de un kinesiólogo. La verdad es que con eso un gran porcentaje de pacientes se mejora. Si no, existe la opción de infiltración con corticoides, que en general tiene una buena estadística de mejoría. En general el 70 o 75 por ciento de los pacientes se les quita y nunca más les vuelve a molestar. Finalmente, si nada de eso mejora hay un porcentaje de pacientes que van a la cirugía”, detalló.

Begoña aseguró que antes de infiltrarse “voy a probar con acupuntura y con el biomagnetismo”. Por ahora, sigue tomando sol con muñequera.