

Consulta remota

Traumatología:

Dolor de hombro después de los 40 años, ¿es normal?

El manguito rotador del hombro es un conjunto de tendones que proporciona estabilidad y permite el movimiento normal del hombro. Es la causa más frecuente de dolor de hombro en personas mayores de 40 años.

La principal causa de lesión del manguito rotador es el desgaste (degenerativo), que puede ocurrir de manera precoz o tardía en la vida. También existen lesiones traumáticas que resultan de impactos en el hombro, como caídas, golpes o accidentes deportivos.

El síntoma más evidente es dolor en la parte anterior y lateral del hombro, que puede irradiarse hasta el codo. Generalmente aumenta al levantar peso y con las rotaciones, y es común que se presente durante la noche. A medida que progresa la

lesión, puede aparecer también pérdida de fuerza y de movilidad.

Para diagnosticar una lesión del manguito rotador se evalúa la historia clínica del paciente, se realiza un examen físico y se utilizan imágenes, como una ecografía o resonancia magnética del hombro.

Para roturas parciales o pequeñas, optamos por un tratamiento kinésico para mejorar la capacidad de trabajo de los tendones, junto con medicamentos para el dolor y, en algunos casos, infiltraciones con corticoides.

En pacientes activos con una rotura completa de uno o más tendones en esta zona, la solución más efectiva es el tratamiento quirúrgico. Una vez que un tendón se rompe, no se regenera por sí solo y la función del hombro empeora con el tiempo. La cirugía reduce el dolor, restaura la función del hombro y mejora la calidad de vida.

La cirugía ha avanzado mucho en este campo. Actualmente, podemos reparar lesiones muy complejas de manera míni-

mamente invasiva con cámara e incisiones muy pequeñas. Estos procedimientos son ambulatorios y se realizan con anestesia localizada en el hombro, reduciendo la necesidad de anestesia general. Incluso, llevándose la anestesia del hombro para la casa para un mejor control del dolor. Independiente de la edad, hay soluciones efectivas para cada etapa del problema y para cada paciente, incluso en los mayores de 60 años.

Nadie debe conformarse con vivir con dolor en esta parte del cuerpo. Los avances en las técnicas quirúrgicas, anestésicas y de rehabilitación han mejorado significativamente la experiencia de los pacientes, haciendo que la cirugía de hombro sea menos dolorosa y más efectiva a largo plazo.

Michael Marsalli, traumatólogo del Programa Trauma de Hombro de la Clínica U. de los Andes.

Mande su pregunta al correo saludybienestar@mercurio.cl



CLÍNICA U. DE LOS ANDES