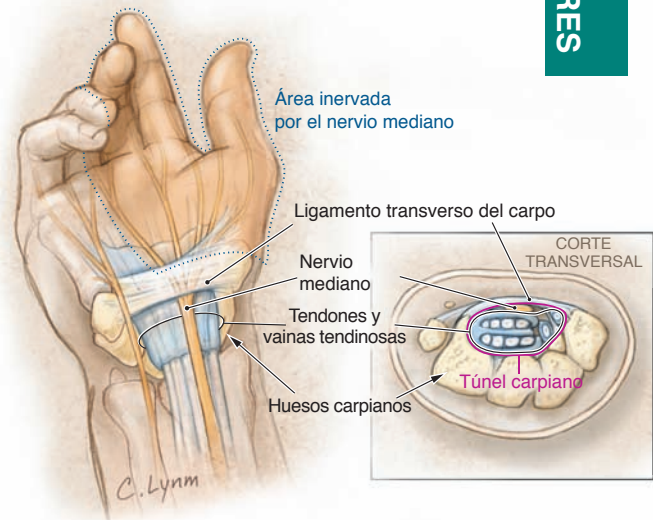


Síndrome del túnel carpiano

El **síndrome del túnel carpiano**, una afección que conlleva dolor en las manos, afecta a millones de personas en el mundo. La compresión y la captura del nervio mediano producen adormecimiento, hormigueo, debilidad y dolor. El **nervio mediano** pasa desde el antebrazo a la mano por debajo de una banda de **tejido conectivo** (un material resistente y fibroso que conecta los huesos de la mano) que se expande a través del extremo del antebrazo donde el brazo se une con la mano. Ese espacio triangular formado por huesos y tejido conectivo recibe el nombre de **túnel carpiano**. El túnel carpiano no solo contiene el nervio mediano sino también varios tendones. Las personas que realizan tareas repetitivas, como escribir y trabajar en una computadora, o actividades mecánicas corren el riesgo de desarrollar el síndrome del túnel carpiano. El aumento de peso, la retención de líquidos, el embarazo y el uso excesivo de las manos pueden causar o empeorar el síndrome del túnel carpiano.



SIGNOS Y SÍNTOMAS

- Dolor en la palma de la mano, especialmente cerca del pulgar y los primeros 2 dedos
- Adormecimiento y hormigueo generalmente cerca del pulgar y de los primeros 2 dedos
- Debilidad, generalmente de la **eminencia tenar** (músculos de la base del pulgar), que puede ocurrir cuando el síndrome del túnel carpiano es grave.

DIAGNÓSTICO Y PRUEBAS

El médico busca factores de riesgo que incluyen tareas o conductas repetitivas, diabetes, hipotiroidismo, artritis o alguna lesión anterior, además de patrones de dolor o debilidad. El **signo de Tinel**, el hormigueo o una sensación similar a un choque eléctrico al tocar la parte superior del nervio mediano, indican que es muy probable que se padezca del síndrome de túnel carpiano. Se pueden realizar **estudios de conducción nerviosa** para evaluar el funcionamiento del nervio mediano. La **electromiografía** examina el funcionamiento de los músculos de la mano, especialmente aquellos inervados por el nervio mediano.

TRATAMIENTO

- Los medicamentos antiinflamatorios, incluso algunos de venta libre, ayudan a aliviar el dolor y la hinchazón del síndrome del túnel carpiano.
- Su médico puede recetarle el uso de dispositivos ortopédicos o férulas, incluso para usar por la noche.
- La terapia ocupacional puede ser útil.
- Puede ser necesario un cambio en los patrones de comportamiento o en las tareas repetitivas para aliviar los síntomas del túnel carpiano. La **liberación del túnel carpiano** (Carpal tunnel release, CTR) es una operación simple que se realiza para abrir la banda del tejido conectivo que atrapa al nervio mediano. La liberación del túnel carpiano se puede realizar usando anestesia local con o sin sedación, pero algunas personas pueden necesitar anestesia general. Algunas personas con síndrome del túnel carpiano mejoran con la CTR, pero la recuperación puede tardar varias semanas. Realizar terapia ocupacional luego de la CTR puede ayudar a mejorar el funcionamiento.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- National Institute of Neurological Disorders and Stroke (Instituto Nacional de Trastornos Neurológicos y Accidentes Cerebrovasculares) www.ninds.nih.gov
- American Society for Surgery of the Hand (Sociedad Estadounidense de Cirugía de la Mano) www.assh.org
- American Academy of Orthopaedic Surgeons (Academia Estadounidense de Cirujanos Ortopédicos) www.aaos.org

INFÓRMESE

Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al índice de Hojas para el Paciente del sitio web de JAMA en www.jama.com. Muchas están disponibles en inglés y español. Se publicó una Hoja para el Paciente sobre la anestesia local en el número del 28 de septiembre de 2011.

Fuentes: American Society for Surgery of the Hand, National Institute of Neurological Disorders and Stroke, American Academy of Orthopaedic Surgeons, American Academy of Neurology, American Association of Neurological Surgeons

Janet M. Torpy, MD, Writer

Cassio Lynn, MA, Illustrator

Robert M. Golub, MD, Editor

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales del cuidado de la salud pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades llame al 312/464-0776.

