Repetitive Motion Injuries in the Manufacturing Industry Fatality File – Spanish

Una paciente de unos 30 años presenta repentinamente dolor e hinchazón en la muñeca

Tratamiento: Su dolor de muñeca fue tratado mediante inyección guiada por ultrasonidos en la consulta, junto con ejercicios de autoaprendizaje y una férula de mano para evitar un esfuerzo adicional.

Resultados: Los niveles de dolor disminuyeron significativamente después de la inyección guiada por ultrasonidos, mientras que aumentó la fuerza con los ejercicios a ritmo propio de la mano y la muñeca.

Detalles: Una paciente de unos 30 años desarrolló repentinamente dolor intenso e hinchazón en la muñeca. No tenía ninguna lesión específica que justificara sus síntomas. El día anterior al inicio de los síntomas, estaba quitando las luces navideñas de su casa. Durante las fiestas, también había estado utilizando las manos y la muñeca más de lo habitual. El pulgar y la muñeca le dolían mucho al tacto, estaban hinchados y ligeramente enrojecidos. Una ecografía en la consulta mostró inflamación alrededor de los tendones del pulgar, lo que se denomina tenosinovitis. Una inyección de corticoesteroides guiada por ecografía colocada alrededor del tendón inflamado alivió su dolor. A la paciente se le proporcionaron ejercicios de mano y muñeca para mantener la función normal de la articulación junto con una férula para utilizar durante el uso normal de la mano. A las tres semanas de seguimiento, la paciente continuaba sin dolor mientras aumentaba gradualmente el uso de la mano/muñeca.

Las principales causas de tenosinovitis son:

- Uso excesivo de la muñeca con movimientos repetitivos como teclear, tejer, utilizar herramientas, sostener a un bebé, transportar objetos pesados y muchos otros.
- Tensión o lesión en la zona de la muñeca
- Artritis

Síntomas de la tenosinovitis:

- Dolor en el lateral de la muñeca, bajo la base del pulgar. Mover el pulgar puede aumentar este dolor.
- Dolor en la muñeca que se ha extendido al antebrazo y al pulgar.
- Leve hinchazón, enrojecimiento o calor en la muñeca.
- Quiste lleno de líquido cerca del pulgar.