

## SÍNDROME DEL TÚNEL DEL CARPO

El síndrome del túnel del carpo es el atrapamiento del nervio mediano a nivel del túnel del carpo. El túnel del carpo es un área pequeña que se encuentra en la región de la muñeca por donde pasa el nervio mediano junto con nueve tendones en su camino del antebrazo hacia la mano. Múltiples pueden ser las causas del atrapamiento, generalmente se asocia a trabajos que involucran movimientos repetitivos en flexión y extensión de las muñecas y vibración. Situaciones que conllevan edema (hinchazón) o aumentos de volumen en el área, como por ejemplo la obesidad y el acúmulo de líquidos que se presenta durante el embarazo también produce los síntomas, ya que hay otro factor presente ocupando espacio en esta pequeña área del cuerpo.

Los síntomas principales incluyen dolor, parestesias (hormigueo), sensación de pinchazos, quemazón y adormecimiento en la región palmar de la mano sobre todo los dedos pulgar, índice, medio y la mitad del dedo anular, así como torpeza en la mano y sensación de opresión. También se puede presentar dolor en el área de la muñeca y caída frecuente de objetos de la mano. Los síntomas se exacerban al sobreutilizar la mano, con los agarres y los movimientos repetitivos de la mano. Las parestesias nocturnas son de los síntomas más frecuentes y la persona se levanta con la necesidad de sacudir la mano para despertarla.

Para el diagnóstico debemos hacer una buena historia clínica y examen físico. La historia clínica debe abordar situaciones que exacerban los síntomas, presencia de parestesias nocturnas, necesidad de sacudir la mano en las noches para “despertarla”, caída frecuente de objetos de la mano y dolor, disminución o ausencia de sensibilidad en el territorio del nervio mediano en la mano afectada (dedos pulgar, índice, medio y mitad del anular).

El examen físico incluye pruebas como Tinel (percusión sobre el nervio mediano en el área del túnel carpal que emula los síntomas que aqueja al paciente), Phalen (flexión máxima de las muñecas durante un minuto lo cual también emula los síntomas que aqueja al paciente). También la evaluación neurológica del paciente que incluya la sensibilidad en el territorio del nervio mediano en la mano afectada.

Los síntomas de parestesias, adormecimiento y pérdida de fuerza muscular se deben a la presión ejercida sobre el nervio mediano a nivel del túnel del carpo. Imagínense que tenemos una manguera (nervio mediano) que ofrece agua a un jardín (dedos pulgar, índice, medio y anular), si presionamos la manguera y no llega agua al jardín, las flores y vegetación se marchita. Así sería lo que sucede al presionar el nervio mediano e impedir que la información nerviosa llegue a la mano, inicialmente con parestesias y con el paso del tiempo la pérdida de fuerza muscular y atrofia de algunos músculos de la mano.

Ante la sospecha de Síndrome del túnel del carpo se puede recomendar el uso de férulas nocturnas que impidan la flexión de las muñecas durante el sueño, lo cual es la causa de las parestesias nocturnas. También se recomienda terapia física y fortalecimiento de la musculatura de la mano.

Se recomienda el estudio de neuroconducción de miembros superiores con el fin de determinar la severidad del atrapamiento nervioso, el cual puede ser según los resultados, leve, moderado o severo y esto determinará la estrategia de tratamiento a seguir. Los atrapamientos leves son tratados con terapia física, los moderados se tratan inicialmente con terapia física y en el caso de que los síntomas no mejoren se refieren al cirujano de mano, los severos son referidos al cirujano para tratamiento quirúrgico.

Dra. Berta Falconett Jované

Especialista en Medicina Física y Rehabilitación