

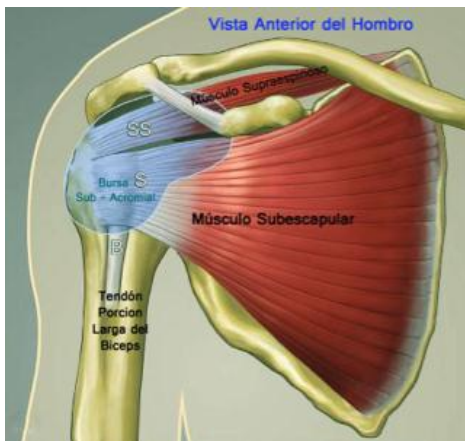
SANTIAGO TORMO MARTINEZ

CIRUGÍA ORTOPÉDICA Y TRAUMATOLOGÍA



LESIONES DEL MANGUITO ROTADOR.

EL MANGUITO ROTADOR ES EL GRUPO DE TENDONES Y MÚSCULOS QUE PERMITE LA MOVILIDAD Y ESTABILIDAD DEL HOMBRO.



PODEMOS TENER MÚLTIPLES TIPOS DE LESIONES A ESTE NIVEL :

- TENDINITIS/ BURSITIS DE MANGUITO
- ROTURAS PARCIALES O TOTALES DE UNO O VARIOS TENDONES.
- CALCIFICACIONES.

HAY MUCHAS POSIBLES CAUSAS PARA ESTE TIPO DE LESIONES, PERO PODEMOS DESTACAR :

- MOVIMIENTOS REPETITIVOS. (LABORALES O DEPORTIVOS) (TENIS, INFORMÁTICOS, PELUQUEROS...)
- POSTURAS AL DORMIR.
- TRABAJOS POR ENCIMA DE LA VERTICAL DEL HOMBRO.
- TRAUMATISMOS.

HABITUALMENTE LOS SÍNTOMAS SON CLAROS, DOLOR, YA SEA DE INICIO LEVE Y PROGRESIVO O DE INICIO BRUSCO. QUE EN PRINCIPIO SE SUELE ASOCIAR A LA ACTIVIDAD, PERO QUE PUEDE PROGRESAR HASTA INCLUSO CON EL REPOSO NOCTURNO.

SE PUEDE ASOCIAR IMPOTENCIA FUNCIONAL (YA SEA POR EL DOLOR O POR LESIONES DE ROTURAS TENDINOSAS)

LA EXPLORACION ES EL MÉTODO DIAGNÓSTICO DE INICIO, CON DOLOR A LA IMITACIÓN DE LOS GESTOS TENDINOSOS. SE SUELE ASOCIAR A PRUEBAS DE IMAGEN TALES COMO :

- RX SIMPLE.
- ECOGRAFÍA.
- RESONANCIA MAGNÉTICA.

EL TRATAMIENTO SE BASA EN

- REPOSO RELATIVO Y USO DE AINES (ANTIINFLAMATORIOS). EVITAR LOS GESTOS DOLOROSOS (ELEVACIÓN DEL HOMBRO, Y ROTACIONES HABITUALMENTE)
- UNA SEGUNDA FASE SE REALIZA CON FISIOTERAPIA E INCLUSO SI FUERA NECESARIO CON INFILTRACIONES INTRAARTICULARES DE CORTICOSTEROIDES Y ANESTÉSICOS LOCALES.
- LA ÚLTIMA FASE DE TRATAMIENTO ES LA QUIRÚRGICA, MEDIANTE ARTROSCOPIA DE HOMBRO, YA SEA PARA LIMPIEZAS DE BURSA O TENDONES, O PARA REPARACIÓN DE LESIONES TENDINOSAS MEDIANTE SUTURAS. POSTERIORMENTE REQUERIRÁ DE UN PROCESO FISIOTERÁPICO REHABILITADOR DE VARIAS SEMANAS DE EVOLUCIÓN

LA RESOLUCIÓN GLOBAL DEL PROCESO SE PUEDE ALARGAR EN OCASIONES SEMANAS O INCLUSO MESES.

LA EVOLUCIÓN DE LA FUNCIÓN DEL HOMBRO Y DEL DOLOR ES MUY DEPENDIENTE DEL TIEMPO DE EVOLUCIÓN DE LA LESIÓN, EDAD, CALIDAD DE TEJIDO, SITUACIÓN LABORAL...

COMO **PREVENCIÓN** EVITE LOS MOVIMIENTOS REPETITIVOS POR ENCIMA DE LA CABEZA. FORTALEZCA LOS MÚSCULOS DEL BRAZO Y EL HOMBRO. PRACTIQUE BUENOS HABITOS POSTURALES PARA MANTENER LOS TENDONES Y MÚSCULOS DE SU MANGUITO DE LOS ROTADORES EN LAS POSICIONES CORRECTAS.