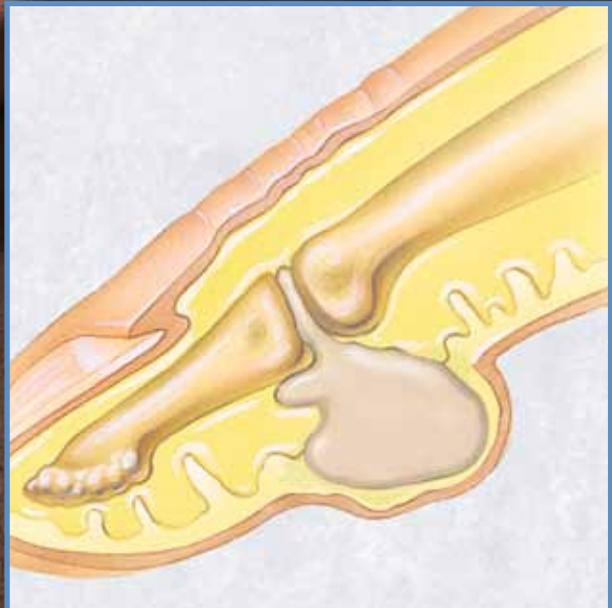


# Cirugía de la mano para tratar bultos



Alivio del dolor  
y mejora del  
movimiento

# Cuando el problema se va de las manos

Las manos tienen un rol fundamental en casi todo lo que usted hace. Así que cuando algo no funciona bien, su rutina cotidiana se puede ver afectada. Los problemas en la mano causan dolor o impiden el funcionamiento haciendo que sea más difícil seguir con las actividades normales.

## Bultos en la mano

Los bultos en las manos son un problema común. Pueden ser quistes o tumores y, por lo general, son inofensivos. Sin embargo, si tiene un bulto en la mano que le causa problemas, posiblemente es momento de que piense en una cirugía.



**Los bultos en las manos** pueden preocuparle. Sin embargo, por lo general parecen más peligrosos de lo que realmente son.

## Índice

## Página

Una mirada al interior de sus manos .....	4
Su evaluación médica .....	6
Su experiencia quirúrgica .....	7
Cirugía de bultos en las manos .....	8
Colabore en la recuperación de su mano .....	10
Seguimiento con el cirujano .....	11

# La cirugía de mano puede ayudar

Posiblemente, el médico probó diversos tratamientos, como una tablilla o inyecciones de cortisona. Sin embargo, como no solucionaron por completo su problema, le sugirió someterse a una cirugía. Esta puede ser la mejor alternativa para aliviar el dolor y recuperar el movimiento y el funcionamiento de la mano. El cirujano tiene la habilidad necesaria para tratar exitosamente su problema.

## Sepa más

La mano está formada por diversas partes. Continúe leyendo para aprender más acerca del funcionamiento de la mano, la causa de su problema y las pruebas que le realizarán. También sabrá qué esperar antes, durante y después de la cirugía. Esto le permitirá tomar decisiones acerca de su tratamiento.



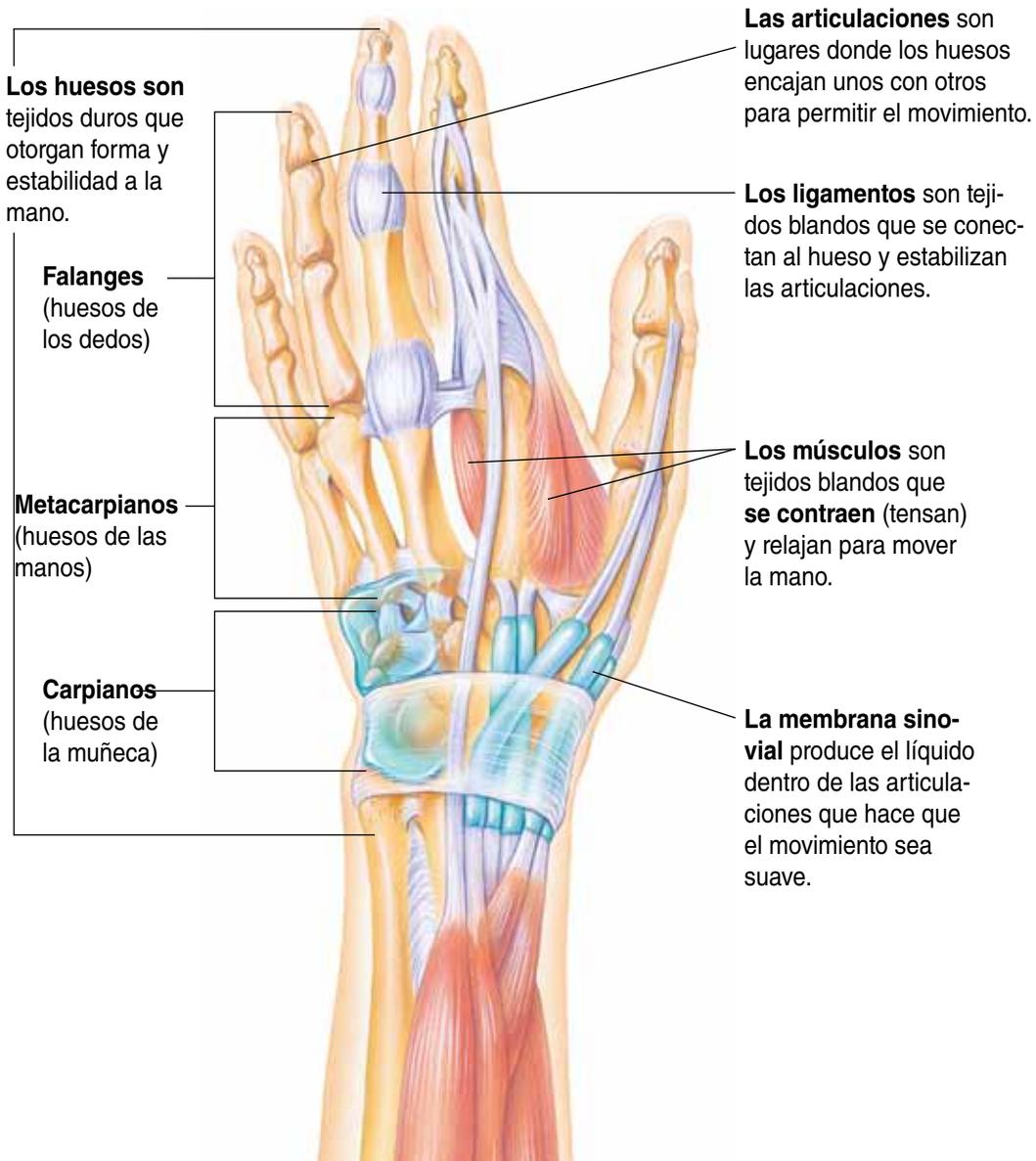
**El cirujano le** ayudará a determinar si la cirugía es su mejor opción de tratamiento.

# Una mirada al interior de sus manos

Las manos están compuestas de más huesos y partes móviles que la mayoría de las demás áreas del cuerpo. Cuando están saludables, todas trabajan en conjunto para realizar distintas tareas—desde movimientos delicados hasta acciones de fuerza. Aprender cómo interactúan las distintas partes de la mano, le permitirá comprender mejor cuál es el origen de su problema.

## Vista posterior de la mano izquierda

Coloque la mano izquierda al lado del dibujo que figura a continuación e imagine las partes debajo de la superficie de su piel. Flexione lentamente un dedo. Las articulaciones y los músculos son los que le permiten hacer esto.



## Vista de la palma de la mano derecha

Coloque la mano derecha cerca del dibujo que figura a continuación e intente flexionar lentamente un dedo hacia atrás. No puede doblarlo demasiado porque la placa volar (palmar) impide el movimiento en esa dirección.

**Las placas volares** son tejidos duros que estabilizan las articulaciones y evitan que los dedos se doblen hacia atrás.

**Las vainas de los tendones** son tubos que contienen líquido en su interior y rodean, protegen y sirven de guía a los tendones.

**Los tendones** son tejidos blandos como cordones que conectan los músculos a los huesos.

**Los vasos sanguíneos** transportan la sangre de y a la mano.

**Los nervios** envían y reciben mensajes que le permiten sentir y coordinar los movimientos.



**La fascia palmar** es una capa firme de tejido blando que estabiliza la palma de la mano.



## Sus manos en funcionamiento



### Mover

Los músculos, tendones, nervios y huesos trabajan en conjunto para controlar los movimientos delicados de la mano, como los que emplea para tocar el piano o tipear.



### Asir

Los músculos y huesos interactúan con la fascia palmar para darle fuerza para asir y levantar objetos pesados.



### Tocar

Los nervios de las manos son tan sensibles que pueden ayudarlo a diferenciar entre una moneda pequeña de una grande, aún sin mirarlas.

# Su evaluación clínica

Para diagnosticarlo, el cirujano hará una evaluación. Ésta incluye su historia clínica, un examen de la mano y pruebas como radiografías y estudios de los nervios.

## Historia clínica

El cirujano le preguntará respecto de su estado general de salud y detalles sobre lesiones recientes en la mano. También es probable que quiera saber qué tareas realiza en el trabajo, ya que muchas lesiones en la mano se relacionan con el tipo de actividad de la persona.

## Examen de la mano

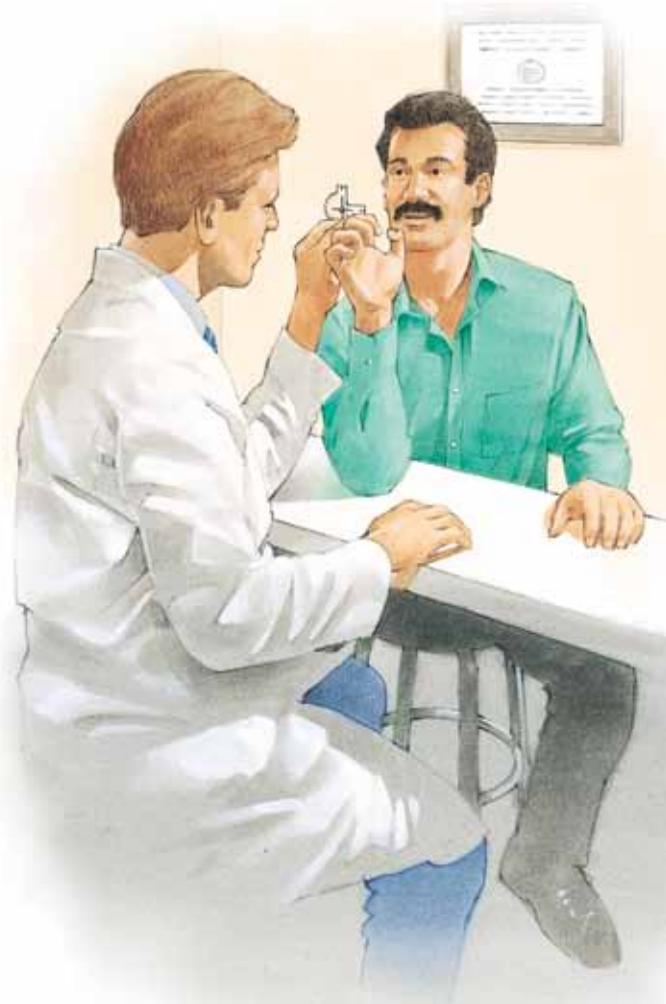
El cirujano examinará detenidamente su mano. Buscará signos de infección, áreas sensibles y lugares en los que el funcionamiento y el movimiento se hayan visto afectados. También evaluará **el rango de movimiento** (cuánto puede doblar o estirar los dedos y la mano).

## Radiografías

Para confirmar el diagnóstico, el cirujano podrá pedirle radiografías, estudios de los nervios u otras pruebas de diagnóstico por imagen para determinar qué está sucediendo en el interior de su mano.

## Optar por una cirugía

Junto con el cirujano podrá decidir si el mejor tratamiento para el bulto que tiene en la mano es la cirugía. La mayoría de los bultos no constituyen una emergencia, con lo cual podrá programar la operación para cuando le resulte conveniente.



**El cirujano** medirá el rango de movimiento de la mano con un goniómetro.

# Su experiencia quirúrgica

El procedimiento para extraer un bulto se puede realizar en el consultorio del cirujano, en un hospital o en un centro quirúrgico ambulatorio. El tipo de cirugía determinará si puede volver a su casa el mismo día de la intervención o si es necesario que se quede a pasar la noche.

## Planifique con anticipación

Para facilitar la recuperación:

- Compre anticipadamente platos descartables y comidas congeladas.
- Firme algunos cheques si la cirugía es en la mano que utiliza para escribir.
- Coordine con alguna persona para que le lleve a su casa después de la cirugía.
- Pregunte a su cirujano cuánto tiempo tendrá que ausentarse del trabajo.

## Antes de la cirugía

Para reducir el riesgo de complicaciones:

- Deje de fumar y no tome aspirina por lo menos 1 semana antes de la cirugía.
- No beba ni coma nada (ni siquiera agua) 8 horas antes del procedimiento.

## Durante la cirugía

Su cirujano hablará con usted acerca del tipo de **anestesia** que le aplicarán durante la cirugía. La **anestesia general** le hace dormir. La **anestesia regional** adormece la mano y el brazo. La **anestesia local** adormece sólo la zona donde se hará la cirugía. Si le aplican anestesia local, es posible que sienta cierta incomodidad por el **torniquete** (esposas) en el brazo, que se utiliza para impedir que la sangre circule a la mano durante la cirugía.



**Su cirugía** puede durar entre 30 minutos y varias horas.

## Riesgos y complicaciones

El médico le comentará los riesgos de la cirugía, entre los cuales se incluyen:

- Sangrado excesivo
- Inflamación severa
- Dolor incesante
- Disminución de la circulación
- Hormigueo o entumecimiento
- Disminución del movimiento
- Infección

# Cirugía para bultos en la mano

Aunque puedan causarle preocupación, los bultos en las manos suelen ser inofensivos. Pueden ser **quistes** (bultos rellenos de líquido), o **tumores** (bultos provocados por crecimientos anormales del tejido). Por lo general un bulto es producto de una lesión en la mano. En ocasiones crece tanto que interfiere con el funcionamiento de la mano. El cirujano extrae el bulto para ayudar a restablecer el funcionamiento de la mano y aliviar el dolor que pueda provocar. El tamaño y la ubicación de la cicatriz variarán dependiendo del tipo de procedimiento que le practiquen.

## Condición

### Quiste ganglionar

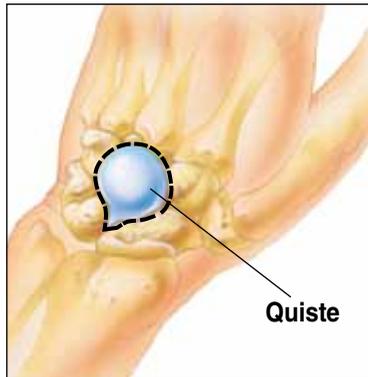
Los quistes ganglionares son bultos firmes rellenos de líquido. Suelen aparecer en el dorso y, a veces, en el frente de la mano. Pueden originarse a raíz de una lesión en la mano. Los quistes son dolorosos al principio y pueden impedir algunos movimientos de la mano o la muñeca. Un quiste ganglionar puede reaparecer después de haber sido extraído quirúrgicamente.

### Problema



Los quistes rellenos de líquido causan dolor e impiden el movimiento.

### Procedimiento



Se extrae el quiste.

### Resultado



Una vez que se saca el quiste, se recupera el movimiento sin dolor.

## Condición

### Quiste mucoso

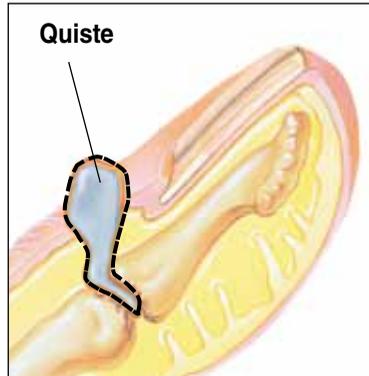
El quiste mucoso es un tipo de quiste ganglionar que se encuentra en la última articulación del dedo. Por lo general, es producido por la artritis, o por lesiones en la articulación. Suele ser firme y doloroso. Puede provocar un crecimiento desparejo de la uña ya que se ubica cerca de las células de crecimiento de las uñas. Un quiste mucoso puede reaparecer después de haber sido extraído quirúrgicamente.

#### Problema



Un quiste mucoso puede producir dolor.

#### Procedimiento



Se extrae el quiste.

#### Resultado



Una vez que se saca el quiste, vuelve a crecer la piel sana.

### Tumor de células gigantes

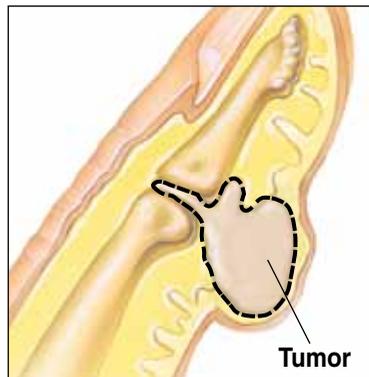
Un tumor de células gigantes rara vez resulta cancerígeno. Suele comenzar como un bulto pequeño, duro y de forma irregular en el dedo o la mano. Suele aparecer como consecuencia de un golpe en la mano con un elemento contundente como un martillo. Puede permanecer del mismo tamaño durante años y luego agrandarse. Por lo general es doloroso e impide el movimiento.

#### Problema



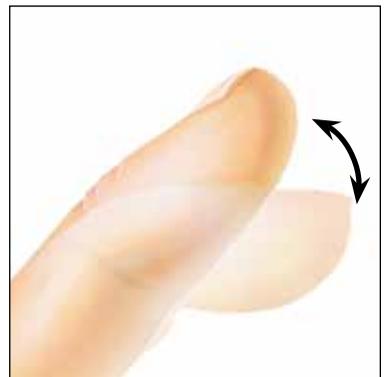
A veces, los tumores de forma irregular crecen de una parte a otra del dedo.

#### Procedimiento



Le extraerán el tumor.

#### Resultado



Una vez que se saca el tumor, se alivia el dolor y se recupera el movimiento.

## Ayude asu mano a sanar

Después de la cirugía, cuanto mejor se cuide —y en especial a su mano— más rápido se recuperará. Siga las instrucciones de su cirujano. Intente no golpearse la mano y no mueva ni levante nada mientras todavía tiene los vendajes, el cabestrillo o el yeso.

### Manténgala levantada

Mantenga la mano elevada por encima del nivel del corazón los primeros días después de la cirugía. Esto reduce la inflamación y el dolor.



**Mantenga la mano elevada** para reducir la inflamación y contribuir a la recuperación.

### Manténgala seca

Para evitar las infecciones y acelerar la recuperación, tenga cuidado de no mojar el vendaje o yeso.



**Mantenga la mano seca** cuando se baña envolviéndola con un plástico pegado con cinta adhesiva.

### Alivio del dolor

El cirujano le recetará analgésicos o le sugerirá que tome antiinflamatorios. También puede que le indique que se aplique hielo (u otra fuente de frío) en la mano. Si utiliza cubos de hielo, colóquelos en una bolsa de plástico y apóyelos sobre las vendas. Deje la fuente de frío en su mano lo más posible mientras le resulte confortable. Haga esto varias veces al día durante los primeros días después de la cirugía. Puede llevar varios minutos antes de que sienta el frío a través del yeso o los vendajes.

# Seguimiento con el cirujano

En las consultas de seguimiento después de la operación, el cirujano controlará su progreso. Le retirarán los puntos, el vendaje, el cabestrillo o el yeso. O le colocarán un nuevo yeso o cabestrillo. Si la mano está lo suficientemente curada, el cirujano puede indicarle ejercicios.

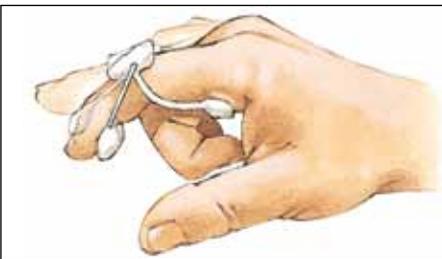
## Ejercicios para la mano

El cirujano le recomendará que haga ejercicios. Los puede hacer bajo la supervisión de un fisioterapeuta. Los ejercicios fortalecen su mano, ayudan a recuperar la flexibilidad, y a restablecer el funcionamiento adecuado. Haga los ejercicios según se lo indicaron.

**El cirujano le retirará los vendajes** dentro de las 2 semanas de la cirugía.



Apretar una esponja ayuda a restablecer la flexibilidad de la mano.



Una tablilla le ayudará a recuperar extensión en la articulación (el movimiento de estiramiento).



## Llame a su cirujano si tiene...

- Fiebre por encima de los 100° F (37.7° C)
- Efectos secundarios de los medicamentos, como náuseas prolongadas.
- La venda se humedece, se afloja o está demasiado ajustada.
- Sangrado excesivo
- Dolor o entumecimiento continuo que va en aumento.
- Signos de infección (como calor o enrojecimiento) en el lugar de la incisión.

## Dese na mano

Usted puede tener un papel activo en su recuperación y colaborar para retomar las actividades cotidianas—tanto en casa como en el trabajo. Cuidar sus manos ayudará a que funcionen (y toquen) toda su vida.



**KRAMES**  
staywell

[www.kramesstaywell.com](http://www.kramesstaywell.com) 800.333.3032

Este material no pretende reemplazar la atención médica profesional.  
Sólo su médico puede diagnosticar y tratar un problema de salud.

©2010 The StayWell Company. [www.krames.com](http://www.krames.com) 800-333-3032 Todos los derechos reservados.