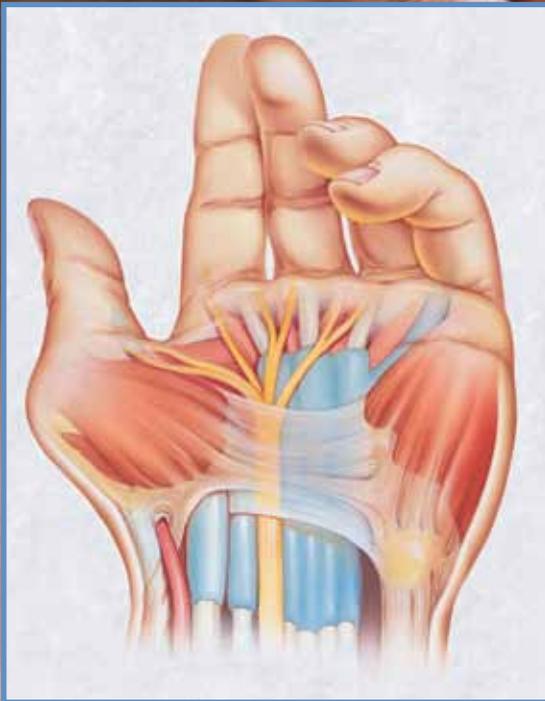


# Artroscopia de muñeca



La detección  
de problemas  
de tejidos  
blandos

# ¿Qué es una artroscopia?

Sus articulaciones le ayudan a moverse con libertad. Sin embargo, vivir con una articulación gastada o lesionada puede hacer que un estilo de vida activo sea doloroso. Su cirujano ortopédico le sugirió hacerse una **artroscopia** para observar dentro de la articulación de su muñeca. A continuación, encontrará más información para prepararse para la cirugía y el período de recuperación que le seguirá. Luego de la artroscopia es probable que usted pueda retomar muchas de las actividades que alguna vez disfrutó.

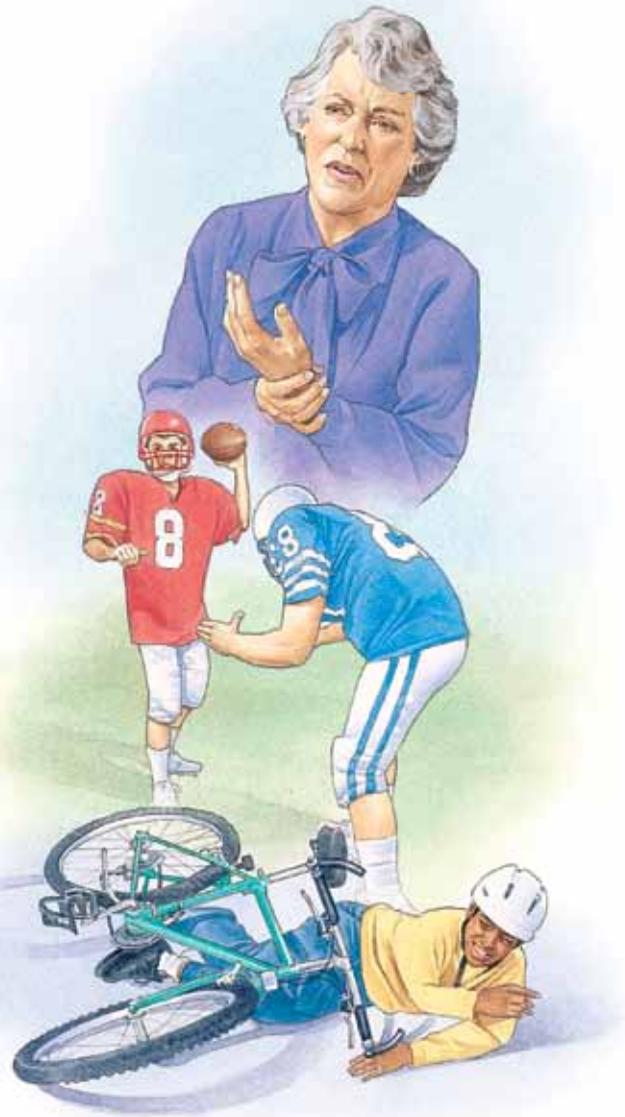
## La artroscopia y su lesión

Este procedimiento se puede usar para diagnosticar y tratar su problema de muñeca. Un problema puede ser **crónico (chronic)** (continuo) o **agudo (acute)** (repentino). El uso constante de la muñeca puede llevar, con el paso del tiempo, a problemas crónicos. Una lesión aguda puede ser la consecuencia de una caída, un golpe o un movimiento rotatorio repentinos.

## ¿Por qué una artroscopia?

Generalmente la artroscopia es una buena manera de realizar una cirugía en una articulación. ¿Por qué? Porque:

- En general el cirujano puede encontrar y tratar el problema durante el procedimiento.
- Y además puede ver mejor la articulación que con una cirugía abierta.
- Se hacen incisiones más pequeñas que para la cirugía abierta. En consecuencia, es posible que usted se recupere más rápido y tenga menos cicatrices.

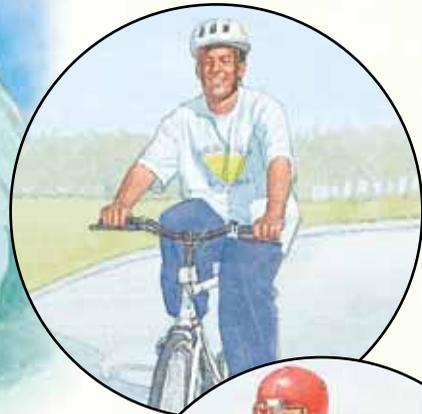


## Cómo funciona la artroscopia

Para observar dentro de su muñeca, su cirujano usará un **artroscopio (arthroscope)**. Es un instrumento delgado que posee lentes y una fuente de luz. Se insertan el artroscopio y otras herramientas especiales en la muñeca a través de **portales (portals)** (incisiones diminutas). Usando una cámara, el artroscopio envía una imagen de su muñeca a un **monitor** (pantalla de televisión). Eso le permite a su cirujano ver su articulación con mayor claridad.



Durante la artroscopia, se hace circular líquido estéril a través de uno de los portales. Eso expande la articulación, lo que le da al cirujano espacio para trabajar.



### Tabla de contenidos

### Página

- Su evaluación . . . . . 4
- Antes de su artroscopia . . . . . 5
- Artroscopia de muñeca . . . . . 6
- Lista de control para la cirugía. . . . . 8

Usted probablemente podrá retomar la mayoría de sus actividades normales luego de recuperarse de la artroscopia.

# Su evaluación

Sus planes para la artroscopia comenzarán con una visita a su cirujano. En ese momento, es posible que necesite responder preguntas sobre su problema de muñeca. Su cirujano revisará su articulación y es posible que le pida pruebas especiales. Este proceso le ayudará a su cirujano a conocer más su problema de articulación y a planificar el tratamiento.

## Su historia clínica

Es posible que tenga que dar detalles sobre los antecedentes de salud de su familia. Además, asegúrese de mencionar todos los medicamentos que toma. Probablemente le preguntarán:

- Cuándo y cómo se lesionó
- Qué actividades influyen en su dolor
- Qué tratamientos ha intentado hasta ahora



Su cirujano revisará su articulación para buscar signos de lesión.

## El examen de su articulación

Se revisará su muñeca para buscar signos de lesión. Por ejemplo, hinchazón, sensibilidad, rango de movimiento reducido, bloqueo o traba y debilidad.

## Pruebas de diagnóstico por imágenes

Es posible que se realicen estudios de diagnóstico por imágenes para evaluar su articulación. Por ejemplo:

- **Radiografía**, que puede revelar estructuras óseas anormales, como espolones.
- **IRM** (imágenes por resonancia magnética [MRI]), que pueden mostrar daño a los tejidos blandos.
- **TC** (tomografía computarizada [CT]), que usa una computadora y radiografías para mostrar los cambios en los tejidos blandos y los huesos.

# Antes de su artroscopia

El personal médico le ayudará a prepararse para la artroscopia. Es posible que le pregunten por los resultados de cualquier chequeo médico o análisis especiales recientes. Le dirán cómo debe prepararse en su casa para la cirugía. Alguien también hablará con usted sobre el tipo de anestesia que se usará. Finalmente, usted se enterará de si debe organizarse para pasar la noche en el hospital.

## Prepárese en su casa

En casa antes de la cirugía:

- No beba ni coma nada después de la medianoche anterior a la cirugía. Esto incluye café.
- Pregunte por adelantado si puede tomar sus medicamentos de todos los días el día de la cirugía.
- Deje de tomar medicamentos antiinflamatorios, como aspirina, de 7 a 10 días antes de la cirugía.
- Si usted fuma, éste es el momento para dejar de hacerlo.
- Coordine con alguna persona para que le lleve a su casa después de la cirugía.



## Planes para la anestesia

Antes de la cirugía, le dirán qué tipo de anestesia le pondrán para que no sienta dolor durante la artroscopia. **La anestesia general** le permite dormir durante la cirugía. **La anestesia regional y la local** duermen sólo una parte de su cuerpo. Es posible que se la den con fármacos que le ayudarán a relajarse.



## Los riesgos de la artroscopia

Como con cualquier cirugía, la artroscopia implica algunos riesgos. Son poco frecuentes, pero incluyen:

- Sangrado excesivo
- Coágulos sanguíneos
- Infección
- Falla de los instrumentos durante la cirugía
- Daño a los nervios y a los vasos sanguíneos
- Un cambio por cirugía abierta que requeriría una incisión más grande

# Artroscopia de muñeca

La artroscopia de muñeca se usa principalmente con fines diagnósticos. En algunos casos, se usa para el tratamiento. Funciona mejor para mostrar desgarros de ligamento o daño al complejo fibrocartilaginoso triangular (triangular fibrocartilage complex) o **CFCT (TFCC)** o cartílago. Como la muñeca es una articulación muy pequeña, el cirujano usa un artroscopio especial.

## La muñeca sana

La muñeca es una articulación móvil que puede moverse para arriba y para abajo y de lado a lado. También puede rotar. Su gran cantidad de huesos pequeños, que se unen entre sí por medio de **ligamentos**, permite dichos movimientos. El CFCT amortigua y soporta la articulación.

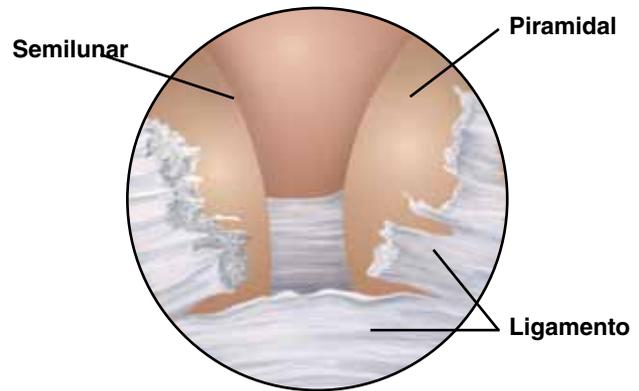
Mano derecha



## Problemas de muñeca comunes

### Desgarros de ligamentos

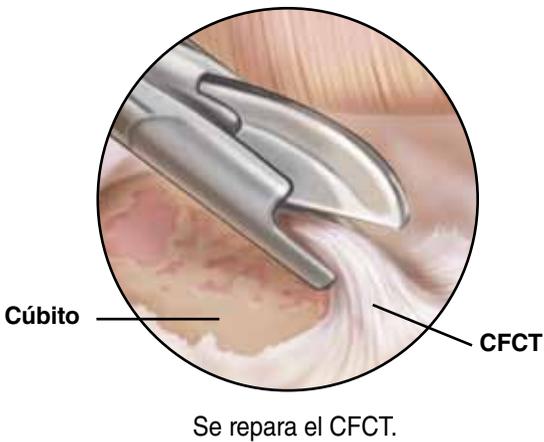
Los ligamentos que están entre los huesos de la muñeca se pueden desgarrar. Esto ocurre principalmente entre los huesos semilunar y escafoides (scaphoid) o entre el semilunar y el piramidal (triquetrum). Esos desgarros pueden causar dolor, hinchazón y debilidad para el agarre. Si el desgarro es total, los huesos pueden separarse y limitar el movimiento. Para repararlo, su cirujano puede necesitar pasar a una cirugía abierta.



Se revela daño al ligamento.

## Daño al CFCT

Una lesión o el uso constante a lo largo del tiempo pueden provocar un desgarro en el CFCT (complejo fibrocartilaginoso triangular). Es posible que durante la cirugía se afeite o se repare el desgarro. Es posible que se quiten fragmentos de cartílago o hueso. Luego de la curación, usted debería poder mover su muñeca con mayor facilidad y menor dolor.



## Después de la artroscopia

En casa, siga la guía de su cirujano para curarse:

- Coloque su muñeca elevada y aplíquelo hielo para reducir la hinchazón.
- Use el vendaje de su muñeca para que la articulación sane.
- Cuando se duche, cúbrase la muñeca con un envoltorio plástico para mantenerla seca.
- Tome los analgésicos según las indicaciones.

### Su camino a la recuperación

Después de la cirugía, su articulación puede estar hinchada, rígida o dolorosa. El tiempo de recuperación varía según lo que se haya hecho. Su cirujano le dirá cuándo retomar la actividad. Evite levantar objetos o agarrarlos firmemente. Es posible que tenga que usar un vendaje, una férula (tablilla) o un yeso por algún tiempo.



Es posible que le pidan que practique abrir y cerrar los dedos algunas veces al día.

# Su lista de control para la cirugía

La siguiente lista enumera qué hacer antes y después de su artroscopia. Si tiene preguntas, asegúrese de que se las respondan antes del procedimiento.

## Antes de la cirugía

- Visite a su cirujano. Hágase los análisis que le pida su cirujano.
- Deje de tomar aspirina y otros medicamentos según le recomienda su cirujano antes del procedimiento.
- Si usted fuma, éste es el momento para dejar de hacerlo. Así reducirá el riesgo de complicaciones quirúrgicas.
- No coma ni beba nada según le indiquen antes de la cirugía.
- Coordine con alguna persona para que le lleve a su casa después de la cirugía.

## Después de la cirugía

- Programe su primera visita de control según le hayan indicado después de la cirugía.
- Cuide sus incisiones como le hayan indicado.
- Complete su programa de fisioterapia si le indican uno.
- Pregúntele a su cirujano qué actividades puede realizar de inmediato y cuáles debe evitar.

**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.