

El túnel carpiano

Es un trastorno que afecta a un nervio de la mano, el nervio mediano, que da sensibilidad y fuerza a una parte de la palma y a algunos dedos. Atraviesa la muñeca por un paso muy estrecho (túnel carpiano). Las molestias aparecen cuando el nervio queda comprimido en el canal. Lo presentan sobre todo mujeres entre los 40 y 60 años y puede afectar a las dos manos.

¿Cuáles son sus causas?

A menudo no conocemos la causa y se dice que se trata de un trastorno idiopático. En otras ocasiones, puede relacionarse con trabajos en los que se hacen movimientos repetidos de la mano. También se da más en personas con diabetes, trastornos del tiroides, embarazo u obesidad.

¿Qué molestias provoca?

Las más frecuentes son los hormigueos o pinchazos en los dedos, sobre todo por la noche.

También puede notar dolor en la mano, en la muñeca o en el antebrazo y despertar con la sensación de tener la mano hinchada o dormida. En casos muy avanzados puede disminuir la fuerza de la mano o de los dedos.

¿Cómo se diagnostica?

La mayoría de las veces con las molestias que explica el paciente y realizando una sencilla exploración en la consulta, el médico de familia puede diagnosticarlo. En algunos casos es necesario realizar también una prueba llamada electromiografía, que hay que hacer en

un centro especializado y nos da información exacta sobre el estado del nervio.

No es una prueba complicada ni muy molesta y no se tarda más de media hora en realizarla. No son necesarias radiografías ni analíticas.

¿Cuál es el tratamiento?

Los tratamientos más efectivos son la colocación de una sencilla férula en la muñeca durante la noche, o la infiltración con corticosteroides. A veces, su médico también le dará medicamentos. En los casos más graves, hay que hacer una pequeña intervención quirúrgica. Se realiza en el hospital sin necesidad de ingresar (no hace falta anestesia general). Generalmente, en 3 o 4 semanas el paciente está totalmente recuperado.

