

Los quistes sinoviales (o “gangliones”) son bultos muy comunes en la mano y la muñeca que aparecen junto a articulaciones o tendones. Los lugares más comunes son la parte de arriba de la muñeca (véase la Figura 1), el lado de la palma de la muñeca, la base de los dedos del lado de la palma y la parte superior de la articulación que está más cerca de la punta de los dedos (véase la Figura 2). El quiste sinovial suele parecerse a un globo de agua en una varita (véase la Figura 3) y está lleno de líquido transparente o gel.

Causas

La causa de estos quistes se desconoce, aunque es posible que se formen en presencia de irritación de las articulaciones o los tendones o en casos de cambios mecánicos. Se presentan en pacientes de todas las edades.

Estos quistes pueden cambiar de tamaño e incluso desaparecer por completo y pueden o no ser dolorosos. No son cancerosos y no se propagan a otras áreas, pero a algunas personas se les forman quistes en varios sitios.

Diagnóstico

El diagnóstico suele basarse en la ubicación del bulto y en su apariencia. Suelen ser ovalados o redondos y pueden ser blandos o firmes. Los quistes en la base de los dedos, del lado de la palma, son por lo general nódulos muy duros, del tamaño de un chícharo, y duelen cuando se les aplica presión, por ejemplo al asir algo con fuerza. Por lo general la luz atraviesa estos bultos (transiluminación) y esto puede ayudar con el diagnóstico. Su médico podría ordenar radiografías a fin de buscar pruebas de problemas en las articulaciones adyacentes. Los quistes en la articulación más cercana a la punta de los dedos con frecuencia están asociados a un espolón óseo artrítico; es posible que la piel que recubre la zona se afine y puede que haya una grieta en sentido vertical en la uña justo después del quiste.

Tratamiento

A menudo el tratamiento puede ser no quirúrgico. En muchos casos, los quistes simplemente se pueden observar, en especial si no duelen, ya que con frecuencia desaparecen espontáneamente. Si el quiste se vuelve doloroso, limita la actividad o es inaceptable de alguna manera, hay varias opciones de tratamiento disponibles. Se puede indicar el uso de entablillados y medicamentos antiinflamatorios a fin de reducir el dolor asociado con las actividades. Se puede realizar una aspiración para sacar el líquido del quiste y descomprimirlo. Esto requiere que se coloque una aguja en el quiste, lo que puede hacerse en la mayoría de los consultorios médicos. La aspiración es un procedimiento muy simple, pero la recurrencia del quiste es común. Si las opciones no quirúrgicas no logran aliviar o si el quiste reaparece, hay alternativas quirúrgicas

disponibles. La cirugía implica la extirpación del quiste junto con una parte de la cápsula articular o vaina del tendón (véase la Figura 3). En el caso de quistes sinoviales en la muñeca, tanto la técnica tradicional abierta como la artroscópica producen buenos resultados. El tratamiento quirúrgico suele ser exitoso, si bien es posible que reaparezcan los quistes. Si hubiera alguna duda respecto al diagnóstico, una biopsia por escisión con un examen de anatomía patológica definirá mejor qué es esa masa. Su cirujano le hablará sobre las mejores opciones de tratamiento para usted.

Figura 1: Un quiste sinovial (o ganglión) del lado superior (dorso) de la muñeca.



Figura 2: Un quiste sinovial en la articulación de la punta del dedo (quiste mucoso).



Figura 3: Corte transversal de la muñeca que muestra el tallo (o la raíz) del ganglión.

