

Un esguince es una lesión en un ligamento. Los ligamentos son los tejidos conjuntivos que conectan los huesos entre sí; podemos decir que son como una cinta que sostiene los huesos unidos en una articulación (véase la Figura 1).

El ligamento que se lesiona más comúnmente en la muñeca es el escafosemilunar. Es el ligamento que se encuentra entre dos de los huesos pequeños de la muñeca: el hueso escafoides y el hueso semilunar. Hay muchos otros ligamentos en la muñeca, pero se lesionan con menos frecuencia. La gravedad de los esguinces puede variar muchísimo; los esguinces menores pueden presentar un estiramiento mínimo de los ligamentos y los esguinces más graves pueden ser desgarros completos de los ligamentos. Otra lesión común de los ligamentos es el complejo del fibrocartílago triangular.

## Causas Y Síntomas

Los esguinces de la muñeca son comunes cuando una persona se cae. La muñeca por lo general se dobla hacia atrás cuando la mano golpea el suelo. Después de la lesión, la muñeca por lo general se inflama y puede presentar moretones. Además, suele doler al moverse.

## Diagnóstico

Lo primero que hará el médico es examinarle la muñeca para ver si le duele y comprobar cómo se mueve. Le tomarán radiografías para verificar que no haya huesos rotos ni articulaciones luxadas. En ciertos casos, puede que le hagan otros estudios, como una resonancia magnética.

## Tratamiento

El tratamiento puede variar desde poner una tablilla o yeso hasta hacer una cirugía. La cirugía puede ser artroscópica (con una cámara interna) o abierta. La cirugía artroscópica se practica a través de incisiones pequeñas (de 3 a 4 milímetros) en la piel. Se coloca una cámara y otros instrumentos especiales dentro de la muñeca para confirmar el diagnóstico y posiblemente tratar la lesión del ligamento. Algunas lesiones necesitan cirugía abierta, en las que se hace una incisión para reparar el ligamento. Existen varios métodos, entre los cuales se encuentran clavos, tornillos y otros dispositivos especializados. Suele colocarse una tablilla o yeso a los pacientes durante varias semanas después de la cirugía. Su médico determinará cuál es la mejor opción de tratamiento en su caso.

## Lesiones crónicas

El término "crónico" se refiere a una antigua lesión sufrida hace más de varios meses o incluso años. Si no hay daño en el cartílago o el daño es mínimo, el ligamento puede reconstruirse. Si el daño al cartílago es de moderado a grave (artritis), los síntomas pueden ser dolor, rigidez e

inflamación. Las lesiones crónicas se pueden tratar primero con tablillas y con medicamentos antiinflamatorios no esteroides, y después con inyecciones de cortisona. Si esos tratamientos no surten efecto, la cirugía puede ser una opción. Hay varios tipos de posibles procedimientos, entre ellos una fusión parcial de la muñeca, extirpación de huesos artríticos ("carpectomía de la hilera proximal"), reemplazo de la muñeca o fusión total de la muñeca. Su médico determinará cuál es la mejor opción de tratamiento en su caso.

## Lesiones asociadas

A veces se producen fracturas junto con esguinces de la muñeca. Estos casos podrían necesitar otros procedimientos para reparar la fractura con clavos, tornillos o placas de metal. Puede también haber daño al cartílago, lo cual no se ve en una radiografía.

## Futuros tratamientos

El tratamiento óptimo de estas lesiones no siempre es claro. Hay muchas investigaciones en marcha para encontrar mejores métodos para tratar esas lesiones graves. Entre ellos se pueden citar reconstrucciones más firmes y precisas de los ligamentos, ya sea usando tejidos locales (tendones) o tejidos distantes (ligamentos de la mano o el pie).

## Pronóstico

A pesar de un tratamiento óptimo, los esguinces de la muñeca a veces dan como resultado dolor, rigidez e inflamación a largo plazo. La muñeca es un grupo complejo de huesos, cartílagos y ligamentos que se hallan en un equilibrio delicado para producir movimientos precisos. Las lesiones pueden alterar ese equilibrio y dañar partes en movimiento que antes estaban bien ajustadas.

Figura 1: Ligamentos de la muñeca

