

Se está celebrando en Murcia el XXXV Congreso Nacional de la SER

El 15% de los españoles que utilizan sus manos en el trabajo padece el síndrome del túnel carpiano

- **El mayor uso del ratón del ordenador podría estar aumentando la incidencia del síndrome de túnel carpiano**
- **Afecta entre cinco y diez veces más a las mujeres que a los hombres y es frecuente en mujeres embarazadas**
- **El diagnóstico precoz es importante para detener el progreso de la enfermedad y evitar lesiones irreversibles del nervio mediano**

Murcia, 25 de mayo de 2009. El 15% de los profesionales españoles que utilizan sus manos con movimientos de fuerza o repetitivos -como cocineros, camareros, mecánicos, músicos, carpinteros, pintores, etc.- padece el síndrome del túnel carpiano.

“Además, aunque no tenemos estudios concluyentes, sí parece que el mayor uso del ratón del ordenador podría estar aumentando la incidencia del síndrome de túnel carpiano, ya que se realizan movimientos continuos y repetitivos de la muñeca, con una extensión mantenida de dicha articulación”, ha explicado el Dr. Domingo Ly Pen, especialista en Medicina Familiar y Comunitaria, durante su intervención en el XXXV Congreso Nacional de la Sociedad Española de Reumatología.

El síndrome del túnel carpiano, que suele aparecer alrededor de los 55 años, afecta entre cinco y diez veces más a las mujeres que a los hombres. Además, es frecuente que afecte a mujeres embarazadas, ya que padecen retención de líquidos que pueden comprimir el túnel del carpo y producir los síntomas.

El diagnóstico precoz es importante para detener el progreso de la enfermedad y evitar lesiones irreversibles del nervio mediano. Por eso, es fundamental acudir al médico cuando existan alteraciones de la sensibilidad, calambres, debilidad o pérdida de fuerza.

Según ha señalado el Dr. Ly Pen, “el síntoma principal son hormigueos en una o ambas manos, sobre todo en la cama o en posturas forzadas o prolongadas. Después, los hormigueos pueden llegar a convertirse en dolor”.

El síndrome del túnel carpiano es habitualmente una enfermedad bilateral, que afecta a ambas muñecas, aunque no siempre es simétrica, ya que la aparición en una muñeca puede ocurrir años antes de que aparezca en la otra.

“Evitar posturas que aumenten la presión dentro del túnel carpiano, es decir, evitar en lo posible tener la muñeca en flexión o en extensión forzadas durante mucho

tiempo o con movimientos repetitivos, son los principales consejos para su prevención”, ha informado el especialista.

En la mayoría de los casos, el síndrome del túnel carpiano no está asociado a otras enfermedades. Solo en el 20% de los casos se asocia a pacientes que padecen diabetes, hipotiroidismo, amiloidosis u otras enfermedades locales en la muñeca.

Como tratamiento adecuado, el Dr. Ly Pen ha indicado que “como norma general, en los síndromes del túnel carpiano con afectación leve o moderada, el tratamiento con infiltraciones locales –efectuadas por el médico en la misma consulta- suele ser muy efectivo, con resultados en uno o dos días; mientras que en los casos severos es preferible la cirugía descompresiva”.

El síndrome del túnel carpiano es un conjunto de síntomas producidos por la compresión del nervio mediano a su paso por la muñeca. Este nervio ha de atravesar un estrecho túnel formado por huesos y ligamentos que, en determinadas circunstancias, puede estrecharse y comprimir el nervio.

Sociedad Española de Reumatología (SER) - www.ser.es

La Sociedad Española de Reumatología (SER) es una asociación científica que tiene por objeto fomentar el estudio de las enfermedades reumáticas -enfermedades del sistema músculo-esquelético y del tejido conjuntivo- en beneficio de los pacientes y atender los problemas relacionados con la especialidad. Actualmente, la SER representa a cerca de 1.200 profesionales en España y mantiene contacto con las sociedades autonómicas de reumatología de todo el país. La SER desarrolla trabajos, estudios y proyectos de investigación en reumatología a través de la Fundación Española de Reumatología (FER) y brinda apoyo a los pacientes de enfermedades reumáticas a través de su relación con asociaciones que integran fundamentalmente a pacientes como la LIRE (Liga Reumatológica Española), CONFEPAR (Confederación de Pacientes Reumáticos) o el Foro Español de Pacientes.

Para más información o gestión de entrevistas:

Dpto. de Comunicación de la SER

María José Rodríguez Chamizo

915 767 799 / 679 282 409

mjose.rodriguez@ser.es

McCann Healthcare

Carmen Carral / Miguel Valero / Ángela Prieto

91 567 96 33 / 92 28 / 91 88

649 81 77 86 / 618 80 83 42 / 618 45 91 77

carmen.carral@mccann.es / miguel.valero@mccann.es / angela.prieto@mccann.es