



Reuben Gobezie, M.D.

Rotator Cuff Tear

(Desgarre de Rotador)

Definición

La lesión en el rotador es la distensión o desgarre del rotador. El rotador está compuesto por cuatro tendones distintos que se unen para circundar la articulación del hombro.

Causas

Las causas de la lesión en el rotador incluyen:

- Golpe directo al área del hombro
- Caída sobre un brazo extendido
- Movimiento repetido del brazo arriba de la cabeza, tal como en:
 - Natación
 - Baseball (principalmente al lanzar la pelota)
 - Tenis

Factores de Riesgo

Un factor de riesgo es algo que hace que sus posibilidades de contraer una enfermedad o condición aumenten.

- Edad: 40 años o más
- Levantar objetos pesados
- Actividades con movimientos repetitivos del brazo arriba de la cabeza
- Músculos del hombro debilitados debido a la inactividad

Síntomas

- Dolor recurrente y constante, especialmente al realizar actividades con movimientos arriba de la cabeza
- Dolor nocturno que no le permite dormir
- Debilidad muscular, especialmente al levantar el brazo
- Sonidos de estallido o chasquido al mover el hombro
- Rango de movimiento limitado en la articulación del hombro

Diagnóstico

El médico le preguntará sobre sus síntomas e historial médico y le realizará un chequeo físico. El médico examinará su hombro con mucha atención. Le pedirá que mueva el hombro en varias direcciones.

Las pruebas podrán incluir:

Rayos X - Para descartar fracturas y huesos desviados.

Artrograma - Se inyecta colorante en la articulación del hombro y luego se toma una placa de rayos X. El médico buscará pérdidas de colorante en la articulación, lo que indicaría la presencia de un desgarre en el tendón.

IRM - Una prueba que utiliza ondas magnéticas para tomar imágenes del interior del hombro. Dicha imagen exhibirá los huesos y los tendones, y es una manera excelente de determinar desgarres pequeños o grandes en el rotador.

Artroscopía - se inserta un tubo delgado con luz a través de una pequeña incisión en el hombro para visualizar las estructuras dentro del hombro. La artroscopía puede utilizarse, también, como tratamiento.

Ultrasonido - Aunque es relativamente poco común en los Estados Unidos, el ultrasonido puede ser útil para examinar el rotador y verificar si presenta inflamación o desgarres.

Tratamiento

El tratamiento dependerá de la extensión de su lesión, nivel de dolor y cantidad de inmovilidad. En general, el primer paso es el enfoque no quirúrgico.

No quirúrgico

- Descanso - para ayudar a que el hombro sane. El médico podrá recomendarle que use un soporte para el brazo para permitir que la región del hombro descanse
- Medicamentos antiinflamatorios no esteroides - para ayudar a controlar el dolor
- Inyecciones de corticosteroides - para ayudar a reducir la hinchazón y el dolor
- Hielo - para ayudar a reducir la hinchazón y el dolor. Aplique hielo en la región del hombro durante 15 minutos, de tres a cuatro veces al día
- Terapia física - para ayudar a reducir la inflamación y restaurar la fuerza y el movimiento de la región del hombro

Quirúrgico

Artroscopía -Se inserta un pequeño instrumento en el hombro, utilizado para extraer astillas del hueso o porciones degeneradas de los tendones del rotador. También pueden repararse desgarres menores durante la artroscopía.

Reparación a través de miniabertura durante la artroscopía - Combina la artroscopía con una incisión en la articulación del hombro. A través de la incisión, el médico puede efectuar la sutura de desgarres de mayor tamaño en los tendones.

Cirugía abierta - Se utiliza para la reparación del tendón lesionado en los casos más graves. Se puede efectuar una transferencia de tejido o injerto de tendón durante dicha cirugía si el desgarro es demasiado grande para su unión. En los casos más graves, puede resultar necesario un reemplazo de articulación.

Recuperación

Dependiendo de la extensión de su lesión, la recuperación completa puede llevar entre 2 y 6 meses, o más.

Prevención

Para reducir sus probabilidades de tener una lesión en el rotador:

- Evite los movimientos repetitivos arriba de la cabeza.
- Evite levantar objetos pesados.
- Haga ejercicios regularmente para fortalecer los músculos alrededor de la articulación del hombro.

