

ECO NERVIO MEDIANO Y ZONAS FRECUENTES DE COMPRESIÓN



@EASY_FISIOTERAPIA

ECO NERVIO MEDIANO Y ZONAS FRECUENTES DE COMPRESIÓN



El nervio mediano proviene del plexo braquial, es un nervio de gran relevancia en la función flexora de nuestros músculos del miembro superior y administra información sensitiva de una parte importante de la musculatura del brazo, antebrazo, manos y dedos.

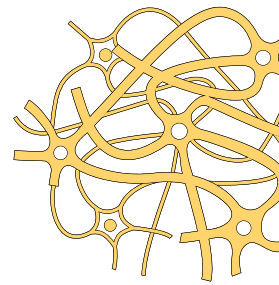
La lesión de este nervio es una lesión difícil de abordar, sobre todo en cuadros donde el debut de los síntomas queda lejos del momento de consulta.

Aprendizajes que puedes extraer hoy:

- Diagnóstico y síntomas de la compresión del nervio mediano
- Lugares donde el paso del nervio se puede ver más comprometido
- Guía básica para su correcto tratamiento

Presta especial atención en la parte de tratamiento que os vamos a desvelar un par de tips bastante desconocidos que nosotros mismos usamos en nuestra práctica clínica con estos casos.

SI NO QUIERES PERDERTE NADA, ENTRA EN NUESTRA LISTA DE EMAIL.



SÍNTOMAS DE LA LESIÓN DEL NERVIO MEDIANO

Pese a que la zona y distribución de los síntomas será diferente en función del lugar del atrapamiento, podemos destacar 3 características en este tipo de cuadros clínicos:

- Dolor de características neuropáticas e inflamatorias que puede llegar a ser de alta intensidad e incluso despertar al paciente por la noche.
- Cambios en la sensibilidad de la zona afectada apareciendo parestesias, hormigueo, entumecimiento e incluso cambios en la percepción de la temperatura.
- Debilidad muscular que le impide agarrar y manipular objetos con fuerza.

Si tu paciente cumple estos checks en el recorrido del nervio mediano probablemente estés ante una lesión del mismo. Sin embargo, no es lo mismo que estos síntomas los perciba de la muñeca en adelante a que lo haga desde la altura del codo.

Esta sutil diferencia es la que marca la zona de compresión, encontramos principalmente dos zonas de gran compromiso que vamos a desarrollar a continuación.

ZONAS DE COMPRESIÓN DEL NERVIIO MEDIANO

Existen dos zonas principalmente donde puede ocurrir una compresión de este nervio y habitualmente la lesión lleva acompañada el nombre de la zona de conflicto:

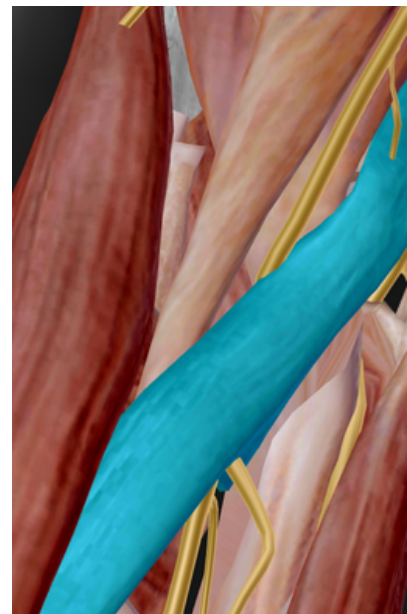
- Síndrome del pronador redondo
- Síndrome del túnel carpiano

Ambos lugares son un paso estrecho del nervio mediano, en momentos puntuales donde en la vida de nuestro paciente aparezca un estímulo que supere la tolerancia de sus tejidos puede llevar a alteraciones estructurales que provocan la compresión.

Síndrome del pronador redondo

En el síndrome del pronador redondo el nervio mediano queda aprisionado por el músculo pronador redondo en su paso a la altura del codo, provocando una serie de síntomas que concuerdan bastante con las generalidades tratadas anteriormente.

En esta imagen podemos observar la íntima relación entre el pronador redondo (señalado en azul) y el nervio mediano, que literalmente lo atraviesa.



ZONAS DE COMPRESIÓN DEL NERVIO MEDIANO

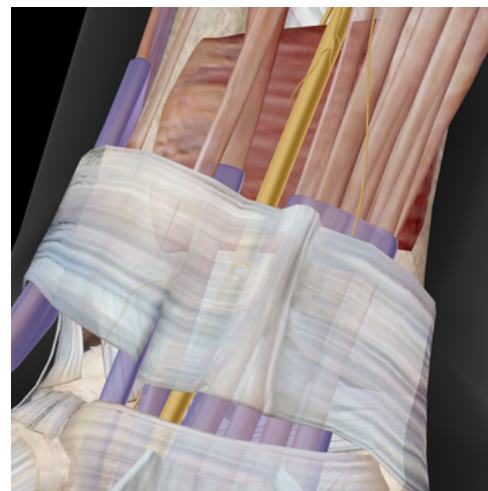
Síndrome del pronador redondo

Los síntomas típicos de este síndrome son dolor en el antebrazo, debilidad en la mano y pérdida de sensibilidad en la zona inervada por el nervio mediano. Además, puede haber dificultad para realizar movimientos de pinza con los dedos. Estos síntomas pueden empeorar con actividades que impliquen la pronación del antebrazo, como por ejemplo; girar una llave.

Síndrome del túnel carpiano

Los síntomas típicos de este síndrome son dolor en el antebrazo, debilidadLa diferencia principal está en la zona de distribución de los síntomas que quedará circunscrita del túnel carpiano en adelante, esa debe ser nuestra principal búsqueda a la hora de hacer un correcto diagnóstico diferencial.

En la imagen se puede observar como el nervio mediano (en amarillo) pasa a través del tunel del carpo compartiendo un espacio de por sí estrecho con los tendones flexores del carpo. ad en la mano y pérdida de sensibilidad en la zona inervada por el nervio mediano. Además, puede haber dificultad para realizar movimientos de pinza con los dedos. Estos síntomas pueden empeorar con actividades que impliquen la pronación del antebrazo, como por ejemplo; girar una llave.



SI NO QUIERES PERDERTE NADA, ENTRA EN NUESTRA LISTA DE EMAIL.

ZONAS DE COMPRESIÓN DEL NERVIIO MEDIANO

Síndrome del túnel carpiano

En este caso los síntomas serán prácticamente idénticos pero de la muñeca hacia delante, pudiendo afectar desde la muñeca y la palma hasta la zona palmar del primer al cuarto dedo. Lo cierto es que también encontraremos en estos pacientes debilidad muscular y “torpeza” a la hora de llevar a cabo movimientos de motricidad fina y gestos que involucren una fuerza considerable.

TRATAMIENTO PARA UNA LESIÓN DEL NERVIIO MEDIANO

Llegados a este punto tenemos que complementar toda esta información con un buen abordaje terapéutico. Ello consistirá en varias fases:

Fase inicial del tratamiento

La primera parte del abordaje debe estar destinada a contener los síntomas y modificar los patrones de conducta diaria que nos han llevado hasta el punto de partida con nuestro paciente.

Habitualmente esto tiene mucho que ver con controlar la carga en el trabajo, poner vendajes e incluso férulas momentáneamente que hagan disminuir la irritabilidad del nervio.

SI NO QUIERES PERDERTE NADA, ENTRA EN NUESTRA LISTA DE EMAIL.

TRATAMIENTO PARA UNA LESIÓN DEL NERVIO MEDIANO

Fase inicial del tratamiento

- Tip secreto de Easy: investiga durante la primera sesión de tratamiento si la tracción caudal o el empuje anteroposterior de radio o cúbito alivia los síntomas.

De ser así tendrás un recurso al que recurrir para disminuir los picos de dolor de tu paciente en su día a día, le puedes enseñar la técnica e instruirle para que tenga el dolor a raya no solo en las sesiones, sino durante todo el día. Esto tiene tal impacto positivo que puede suponer un antes y un después en el tratamiento.

Fase intermedia del tratamiento

Aquí de haber salido todo adecuadamente tendremos a un paciente cuyos síntomas están controlados y el dolor ha disminuido, es el momento de reintroducir de manera gradual los movimientos conflictivos que generaban un aumento de síntomas.

Estoy seguro que sabrás hacerlo desde nuestra visión de pautar ejercicio basado en la movilidad, activación e integración.

Si eres un fiel lector sabes de sobra de qué estamos hablando, les voy a dejar aquellos nuevos integrantes de nuestra comunidad una entrada anterior donde hablamos mucho más en profundidad de todo esto.

SI NO QUIERES PERDERTE NADA, ENTRA EN NUESTRA LISTA DE EMAIL.

TRATAMIENTO PARA UNA LESIÓN DEL NERVIO MEDIANO

Fase inintermedia del tratamiento

→ Pauta ejercicio de manera coherente e impecable en tus pacientes

Si lees profundamente esta entrada simplemente se trata de aplicar los conceptos tratados a la movilidad de la muñeca o el codo.

Fase final del tratamiento

Para finalizar con éxito nuestro tratamiento del nervio mediano debemos asegurarnos de dos criterios indispensables.

Que mi paciente conozca herramientas de autogestión para lidiar con futuras recidivas y sea capaz de realizar sin dolor todas las tareas que previamente le causaban malestar.

ECOGRAFÍA DEL NERVIO MEDIANO

Si además de todo esto te digo que tenemos un vídeo preparado para tí de la valoración ecográfica de las zonas de compresión del nervio mediano ¿Qué me dirías?

Nadie te va a dar tanto a cambio de tan poco, aprovéchalo.

SI NO QUIERES PERDERTE NADA, ENTRA EN NUESTRA LISTA DE EMAIL.