

Ejercicios para la enfermedad de Dupuytren

Ejercicios para la enfermedad de Dupuytren

Kieran Hirpara © ⓘ ⓘ 4.0



Esta página se tradujo automáticamente y todavía no la ha revisado un médico. La **versión en inglés** es la versión oficial.

Elaborado en colaboración con Extend Rehabilitation

Nombre: _____ Fecha: _____

¿Qué es la enfermedad de Dupuytren?

La enfermedad de Dupuytren se manifiesta mediante bultos anormales y “cordones” de tejido en la palma de la mano y los dedos. Estos bultos y cordones representan un crecimiento anormal de la fascia palmar (tejido fibroso que mantiene la piel de la palma en su lugar).

Con el paso del tiempo, estos cordones de Dupuytren se tensan, lo que provoca que las articulaciones de los dedos se flexionen y estos permanezcan doblados. Afecta con mayor frecuencia al dedo anular y al meñique; el pulgar también puede verse afectado, aunque esto es menos común.

La velocidad de progresión de los síntomas varía mucho entre pacientes. En muchos casos, la enfermedad permanece estable durante un largo período, requiriendo únicamente seguimiento médico. En otros pacientes, sin embargo, puede avanzar más rápidamente, necesitando intervención quirúrgica en etapas tempranas.

¿Qué lo causa?

La enfermedad de Dupuytren afecta principalmente a personas con antepasados del norte de Europa. Es más frecuente en hombres que en mujeres, y generalmente comienza después de los 40 años. En muchos casos, la enfermedad es hereditaria.

Tratamiento

No existe una cura definitiva para la enfermedad de Dupuytren. La cirugía puede corregir la flexión de los dedos hacia la palma, pero la afección puede reaparecer con el tiempo. El objetivo de la cirugía para la enfermedad de Dupuytren es extirpar la fascia afectada y restaurar la extensión (enderezamiento) de los dedos.

¿Qué sucede después de la cirugía?

Por lo general, se le derivará a un terapeuta de mano 2-3 días después de la cirugía. Este le confeccionará una férula de plástico para mantener el dedo en posición extendida y le indicará cómo realizar algunos ejercicios suaves.

¿Cuándo debo usar la férula? ¿Y cuándo puedo utilizar mi mano?

Al principio, es posible que deba usar la férula tanto de día como de noche, quitándola únicamente para hacer ejercicios. Por lo general, después de aproximadamente una semana solo será necesario usarla por las noches. En ese momento, podrá empezar a utilizar la mano para actividades ligeras durante el día. Normalmente, la férula debe usarse por las noches durante 3 meses; en algunos casos, hasta 6 meses. Su terapeuta o cirujano le dará indicaciones específicas sobre el uso de la férula y las actividades permitidas.

Cuidado de la herida

Es importante mantener la herida limpia y seca hasta que se retiren los puntos de sutura. Una vez retirados los puntos, puede mojar la piel; sin embargo, evite sumergir la mano en agua durante otra semana.

Ejercicios

Ejercicios que deben realizarse _____ veces al día

Para consultar el plan de recuperación completo, paso a paso, vea el [Protocolo de rehabilitación tras la liberación de contracturas de Dupuytren](#).