



INESTABILIDAD DE HOMBRO



INSTITUTO
DE HOMBRO



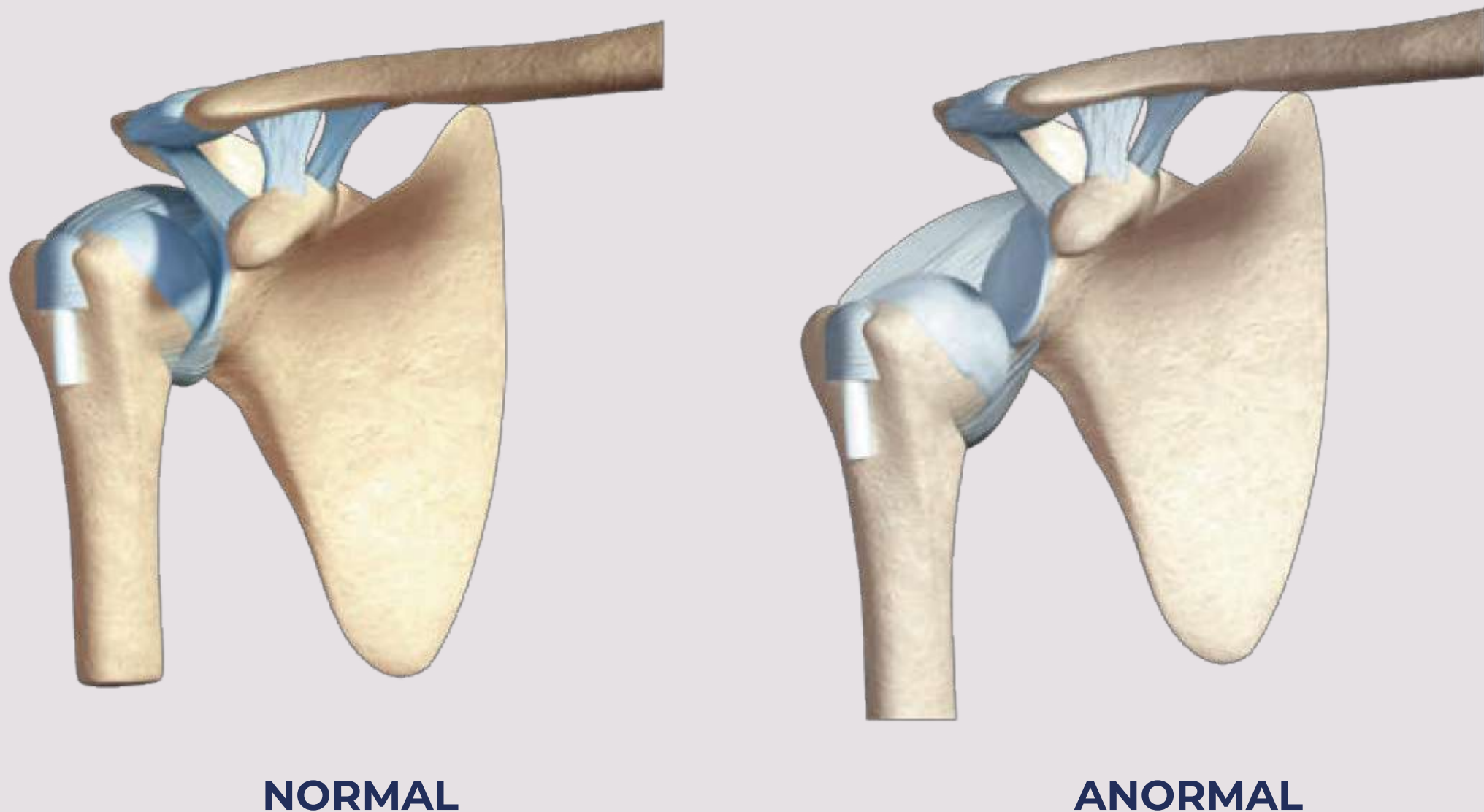
¿QUÉ ES LA INESTABILIDAD DE HOMBRO?

La inestabilidad de hombro se manifiesta con la sensación incómoda de que el hombro está a punto de salirse de lugar. El dolor se presenta de forma repentina o lentamente dependiendo de la causa. Normalmente se puede sentir el dolor al lanzar una pelota y debilidad general en todo el brazo. La luxación se presenta con dolor intenso e incapacidad para mover el brazo por la misma razón

La articulación del hombro tiene una forma esférica que encaja dentro de una cavidad (glenoides). La inestabilidad de hombro implica que la articulación se ha salido de la cavidad y puede desplazarse parcialmente de lugar.

CAUSAS

- Generalmente sucede cuando se sufre un golpe fuerte directo en el hombro, ya sea por un deporte, un accidente o una caída y el hombro sale de su lugar.
- Cuando se presenta la inestabilidad poco a poco, se debe a que los ligamentos y los músculos del hombro se debilitan. Esto sucede cuando se arrojan cosas con frecuencia (lanzadores) o si se golpea fuerte con el hombro (deportes de contacto).



- 1** Los pacientes que han sufrido de luxaciones de hombro anteriormente incrementan el riesgo de volver a repetir lesión en 30% por cada vez que salga de su lugar.
- 2** Los pacientes más jóvenes son quienes tienen mayor riesgo de padecer inestabilidad de hombro.
- 3** Practicar deportes que requieren movimientos por encima de la cabeza como beisbol, basquetbol, natación, gimnasia, etc.

DIAGNÓSTICO

Para diagnosticar correctamente la inestabilidad de hombro se pueden aplicar los siguientes estudios:

- Examen físico: es el más importante para establecer en qué dirección es inestable.
- Radiografía: muestra defectos grandes en el hueso por la luxaciones de repetición o fracturas asociadas a una luxación.
- Resonancia magnética: es la mejor técnica para identificar una lesión en las estructuras que estabilizan el hombro.
- Tomografía computarizada: en casos de múltiples luxaciones permite cuantificar cuánto hueso se ha perdido cada vez que se luxa el hombro.



TRATAMIENTO

- Quirúrgico: Son muchas las opciones quirúrgicas para tratar la inestabilidad de hombro, la más popular y útil es la artroscopia cuando la pérdida ósea no es importante, de lo contrario, en ocasiones es necesario colocar injertos óseos.
- No quirúrgico: Cuando la inestabilidades leve, se puede tratar con terapia física para fortalecer el hombro. Estos ejercicios permiten mantener el hombro en posición adecuada. La fisioterapia es generalmente recomendada a los deportistas por sus múltiples beneficios.



RECUPERACIÓN

- Dependiendo del tratamiento recibido es el periodo de recuperación y descanso que se requiere. Varía de 4 a 12 semanas de reposo y terapia.
- En caso de cirugía, el proceso de recuperación final puede tomar hasta 6 meses. 3 meses es el periodo en el que el tejido cicatriza de la mejor forma y posteriormente la terapia física y el fortalecimiento permiten al paciente regresar a actividades deportivas.



URGENCIAS

(442) 192 3013

info@idh.com.mx



@institutodehombro



@institutodehombro



www.idh.com.mx



Dr. Alberto Guevara Alvarez

Dr. Alejandro López Villers



Hospital Angeles

CONSULTORIO 325
TEL (442) 192 3013

Consultorio IQAEO, Calle
Bernardino del Razo 21-piso 3,
Ensueño, 76178 Santiago de
Querétaro, Qro.



CONSULTORIO 1105
TEL (442) 192 8619

Bld. Bernardo Quintana Arri-
oja 4060, San Pablo, 76125
Santiago de Querétaro, Qro.