

2020



GUÍA DE ACTUACIÓN Y DIAGNÓSTICO
DE ENFERMEDADES PROFESIONALES

16.2 TRASTORNOS MUSCULO - ESQUELÉTICOS MIEMBRO SUPERIOR

SEGUNDA PARTE



Hoy, mañana, siempre
Prevenir es trabajo de todos los días



AUTORIDADES

Dr. ALBERTO ÁNGEL FERNÁNDEZ

Presidente de la Nación

Dr. CLAUDIO OMAR MORONI

Ministro de Trabajo, Empleo y Seguridad Social

Cdor. GUSTAVO DARÍO MORÓN

Superintendente de Riesgos del Trabajo

Lic. MARCELO NÉSTOR DOMÍNGUEZ

Gerente General de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo

Grupo de Trabajo

COORDINADORA DEL GRUPO DE TRABAJO

Dra. Sonia Gaviola

Médica especialista en Medicina del Trabajo y Dermatología
Coordinadora del área de Estudios e Investigación de Salud del Trabajo. CEISAT-SRT
Gerencia de Comunicación y Relaciones Institucionales. SRT

Dra. E. del Pilar Rodríguez

Médica Especialista en Medicina del Trabajo - CEISAT- SRT

Dra. María Martha Sapoznik

Médica Especialista en Medicina del Trabajo - CEISAT- SRT

Mg. Adela Contreras

Magister en Ciencias Sociales con mención en Salud - CEISAT- SRT

Lic. Silvana Judith Perez

Licenciada en Seguridad e Higiene en el Trabajo - CEISAT - SRT

REVISIONES – COLABORACIÓN

Comisión Médica Central

Superintendencia de Riesgos del Trabajo

EQUIPO DE TRAUMATOLOGIA LABORAL DE LA SOCIEDAD DE MEDICINA DEL TRABAJO DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES (SMTBA).

Dr. Claudio Hernán Taboadela

Médico Especialista en Tramitología y Medicina del Trabajo

Dr. Fernando Gabriel Morales

Médico Especialista en Traumatología y Medicina del Trabajo

Dr. Daniel Xavier Romero Ares

Médico Especialista en Traumatología y Medicina del Trabajo

Dra. Claudia Maria de Hoyos

Médica Especialista en Traumatología y Medicina del Trabajo

ASOCIACION DE ERGONOMIA ARGENTINA

Lic. Walter Amado

Dra. Consol Serra

Médica Especialista en Medicina del Trabajo
Jefa del Servicio de Salud Laboral del Parc de Salut Mar de Barcelona
Directora del Centro de Investigación en Salud Laboral (CISAL)
Universidad Pompeu Fabra (UPF) – Barcelona

Dra. Anna Martí

Médica Especialista en Medicina del Trabajo Universidad Pompeu Fabra – Barcelona
Centro de Investigación en Salud Laboral (CISAL)

Dr. José María Ramada

Médico Especialista en Medicina del Trabajo Universidad Pompeu Fabra – Barcelona
Centro de Investigación en Salud Laboral (CISAL)

CEISAT

Coordinación de Estudios e Investigación de Salud del Trabajo

Gerencia de Comunicación y Relaciones Institucionales

Prólogo

Desde su fundación, en 1918, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) viene estableciendo normas relacionadas con la salud y seguridad laboral. Se calcula que cada año, en todo el mundo, se producen cerca de 2 millones de muertes debido a enfermedades provocadas por el trabajo, mientras que el número anual total de casos de enfermedades profesionales no mortales se calcula en 160 millones.

Pese a que en las últimas décadas los sistemas de seguro de contingencias profesionales han contribuido con éxito a la reducción de los accidentes de trabajo, la prevalencia de las enfermedades profesionales sigue aumentando. Por esta razón, es necesario intensificar los esfuerzos para reducir su incidencia mediante medidas específicamente destinadas a prevenirlas.

La gestión de estas patologías es un desafío de complejidad creciente que habrá que resolver caminando juntos, ya que son muchos los involucrados en ella: médicos y enfermeros del trabajo, médicos del Sistema Público de Salud, profesionales de la prevención de riesgos laborales, entidades gestoras, entre otros.

Este es el espíritu que ha impulsado a la Superintendencia de Riesgos del Trabajo a elaborar estas "Guía de Actuación y Diagnóstico de Enfermedades Profesionales".

Estos documentos aspiran ser una modesta y ordenada recopilación de información y experiencia acumulada por profesionales formados y ejercitados en la prevención de la salud laboral. Es parte de un conjunto de otras guías; entre ellas referidas a enfermedades dermatológicas ocupacionales, enfermedades respiratorias ocupacionales, trastornos musculo esqueléticos, enfermedades profesionales derivadas de exposición a tóxicos laborales.

La idea es contribuir a la formación y capacitación de los profesionales vinculados al ámbito laboral, así como otorgar herramientas, información, lineamientos, experiencias para el seguimiento y prevención de enfermedades profesionales.

Sus destinatarios principales son los profesionales que desarrollan actividades en el campo de la salud ocupacional, incluyendo a:

- Los profesionales médicos que desarrollan su actividad en las Comisiones Médicas de la SRT, en las ART y en otros ámbitos.
- Los profesionales del ámbito de salud ocupacional y licenciados técnicos de higiene y seguridad (ingenieros, licenciados o técnicos)

Es de esperar que el contenido sea de utilidad y permita mejorar la detección de las enfermedades profesionales, facilitar su calificación, como potenciar las acciones de prevención y conseguir una notificación fiable.

Muchas gracias



Cdr. Gustavo Darío Morón
Superintendente de Riesgos del Trabajo

ÍNDICE

1. Introducción
2. Objetivo
3. Alcance
4. Actividades laborales relacionadas
5. Segunda parte: Patología de antebrazo
6. Síndrome del pronador
7. Segunda parte: mano y muñeca
8. Enfermedad de De Quervain
9. Enfermedad del Túnel carpiano
10. Síndrome de Guyon
11. Prevención
12. Bibliografía

Anexos:

- I. Ficha del Trabajador
 - II. Marco normativo
 - III. Cuadro con patología de antebrazo, mano y muñeca
-

1. INTRODUCCIÓN

Enfermedades profesionales. Trastornos músculo esqueléticos del miembro superior (Segunda parte)

- Síndrome del pronador
- Enfermedad Tenosinovitis estenosante de De Quervain
- Síndrome del túnel carpiano
- Síndrome de Canal de Guyon

2. OBJETIVO

La guía está dirigida a sistematizar información para unificar criterios de identificación, evaluación, seguimiento y adopción de medidas preventivas en el ámbito de la salud ocupacional.

3. ALCANCE

Sus destinatarios principales son los profesionales que desarrollan actividades en el campo de la salud ocupacional, incluyendo a:

- Los profesionales médicos que desarrollan su actividad en las Comisiones Médicas de la SRT, en las ART y en otros ámbitos.
- Los profesionales del ámbito de salud ocupacional y especialistas en higiene y seguridad (ingenieros, licenciados y ergónomos).

4. ACTIVIDADES RELACIONADAS

Los trastornos músculo esqueléticos (TME), que pueden aparecer como resultado de realizar tareas que requieren: esfuerzos repetidos, movimientos rápidos, grandes esfuerzos, exposición a estrés de contacto, posturas extremas, vibraciones y/o temperaturas bajas; todas ellas sin haber incluido el tiempo de recuperación o pausas necesarias para evitar que el tejido corporal llegue al límite de su capacidad sin dañarse.

El esfuerzo que se genera sobre el sistema músculo esquelético de las personas está mediado por factores de riesgo asociados a:

- **Demandas de trabajo:** biomecánicas, fisiológicas, de organización del trabajo y ambientales.
- **Características de las personas:** rasgos genéticos, características morfológicas, condición física de la persona.

En la medida que el esfuerzo sobre el sistema músculo esquelético, supere las capacidades funcionales y estructurales, existe la probabilidad de que se genere fatiga (alteración funcional) o una lesión (alteración estructural).

La expresión de estos trastornos será principalmente:

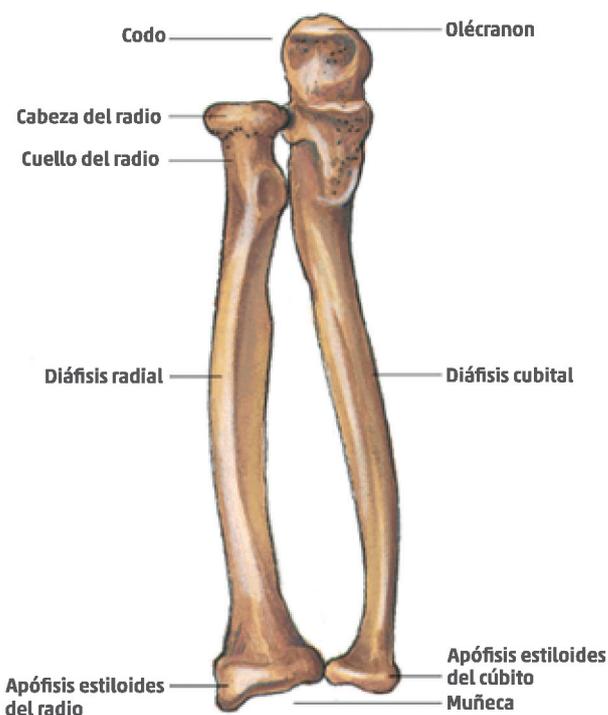
- Alteración del bienestar
- Molestias localizadas
- Dolor
- Pérdida de capacidad funcional y deterioro del desempeño

La legislación Argentina, en la Resolución MTEySS N° 295/03 reconoce los TME relacionados con el trabajo y propone gestionar un programa de ergonomía.

Mientras que la Resolución SRT N° 886/15 sostiene que los servicios de Higiene y Seguridad y Medicina del trabajo deberán identificar los puestos de trabajo donde se producen o podrían producirse los trastornos músculo esqueléticos y otras enfermedades profesionales, de evaluar el nivel de riesgo de los puestos identificados, de establecer las medidas necesarias para su prevención y de realizar el seguimiento de las acciones correctivas correspondientes.

5. ANTEBRAZO

Características anatómicas y biomecánicas del antebrazo.



El antebrazo está formado por dos **huesos** largos que son:

- Radio
- Cúbito

En su parte **proximal**, se articulan con los huesos del codo, originando las siguientes **articulaciones**:

- Articulación húmero-cubital: permite flexión y extensión del codo.

- Articulación húmero-radial: realiza flexo-extensión y la rotación de la cabeza radial en el cóndilo humeral.
- Articulación radio-cubital: realiza pronación y supinación del antebrazo.

En la porción **distal** del antebrazo se originan dos **articulaciones**:

- Articulación radio-carpiana: el radio se articula con los huesos semilunar y escafoides, que forman parte de la primera fila de huesos del carpo.
- Articulación radio-cubital distal.

El antebrazo consta de una fina estructura membranosa, la **membrana interósea**, que se encarga de mantener a los huesos radio y cúbito conectados entre sí.

6. SÍNDROME DEL PRONADOR

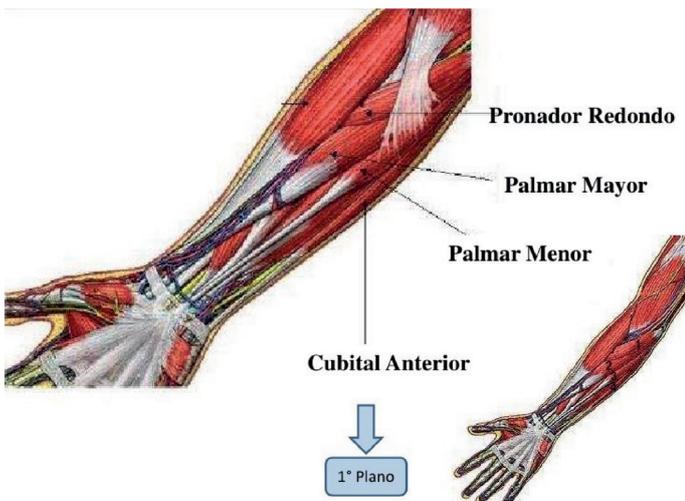
6.1. Denominación: síndrome de pronador

El síndrome del pronador es una disfunción del nervio mediano a nivel del codo que se define como la compresión del nervio mediano a nivel del codo o del antebrazo.

Se produce por la compresión del nervio mediano a nivel del codo o del antebrazo, a su paso entre las dos cabezas del músculo pronador redondo (o pronador teres) o en el arco proximal del flexor superficial de los dedos, por el ligamento de Struthers (proceso óseo o ligamentario en la zona supracondílea), la aponeurosis bicipital (lacertus fibrosus) o una cabeza accesoria del flexor largo del pulgar (músculo Gantzer)¹.

También puede ser debida a un traumatismo, hematoma, tumor o deformidad ósea, anomalías congénitas e hipertrofia del músculo o de la fascia del pronador² o arteriales³.

6.2. Epidemiología



Es una patología poco frecuente, aunque su incidencia y prevalencia no están bien establecidas¹.

La mayoría de los pacientes son mujeres de más de 40 años⁴.

Representan alrededor del 7-10 % de las mononeuropatías del nervio mediano⁵.

La compresión del nervio mediano puede ocurrir en el túnel carpiano (52-85%), área del pronador (10-37%) y la región supracondílea (4%)⁶.

Se suele asociar a síndrome de Túnel Carpiano, pero es mucho menos frecuente que éste como causa de compresión del nervio mediano².

6.3. Condiciones y actividades de riesgo

El riesgo de desarrollar el síndrome del pronador está asociado a actividades repetitivas de la extremidad superior con el antebrazo en pronación y con los dedos en flexión, así como actividades que generen prono-supinación constante y repetitiva y muchas veces contundentes, como sucede por ejemplo en actividades deportivas (béisbol, remo, levantamiento de pesas, uso de raquetas)².

6.4. Actividades y tareas de riesgo: Aquellas que requieran tareas repetitivas y que supongan sobrecarga muscular durante toda o parte de su jornada laboral de forma habitual, como dibujantes, mecanógrafos, tejedores, pintores, músicos, carniceros, pescaderos, curtidores, trabajadores del caucho y vulcanizado, deportistas, peluqueros, mecánicos montadores, yesistas, trabajadores industria conservera, cajero supermercado, industria textil y confección⁷.

6.5. Clínica y semiología

- El síndrome del pronador se presenta como un dolor vago en la cara palmar del antebrazo, de predominio proximal, con parestesias en el territorio del nervio mediano y hallazgos motores mínimos.
- Pueden presentar algunos síntomas asociados con el síndrome del túnel carpiano (parestesias en 1º, 2º, 3º dedos y mitad radial del 4º dedo), entumecimiento, parestesias o ambos en la zona de distribución de la rama cutánea palmar del nervio mediano sobre la eminencia tenar¹.
- El dolor y/o parestesias no suelen despertar por la noche¹.
- Los síntomas se agravan con el agarre repetitivo o las actividades de pronación⁶.

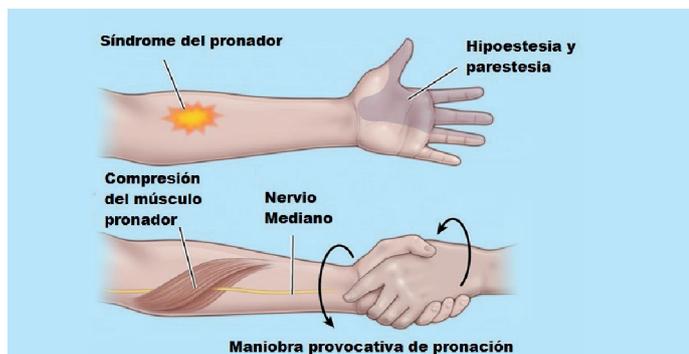
Pueden observarse síntomas motores: debilidad de los músculos extrínsecos, incluyendo pronador cuadrado, flexor largo del pulgar y flexor profundo de los dedos (índice y medio)⁶.

6.6. Exploración física

Anamnesis: dolor vago en la cara anterior del antebrazo, con parestesias en el territorio del nervio mediano. Los síntomas distales pueden ser similares al síndrome del túnel carpiano (STC), del que se puede distinguir por la presencia de entumecimiento o parestesias en la zona de la rama palmar cutánea del nervio mediano que no se afecta en pacientes afectados del STC. Debe indagarse en la clínica descrita.

MANIOBRAS^{1 6 2:}

- Prueba de compresión del pronador: aplicar presión proximal y lateral al borde proximal del vientre del músculo pronador redondo en la cara palmar del antebrazo. Será positiva si reproduce dolor o parestesias dentro de los 30 segundos de la compresión. En adultos a 6 cm distal al pliegue del codo y 4 cm lateral al epicóndilo medial.
- Prueba de la Pronación: la pronación y la supinación resistentes se evalúan para determinar si pueden reproducir los síntomas causados por la compresión del nervio mediano por el pronador redondo o la aponeurosis del bíceps (lacertus fibrosus). Se realiza pronación activa por el paciente y resistida con fuerza por el examinador, desde una posición neutra. Con el codo flexionado a 45°, y el antebrazo pronado con fuerza. El examinador sujeta la muñeca sin comprimir el túnel del carpo y trata de supinar el antebrazo mientras el paciente lo mantiene en pronación. También puede hacerse con pronación activa del paciente sin interferencia del examinador.
- Prueba del flexor superficial de los dedos: flexión resistida de la articulación interfalángica proximal del dedo medio, puede causar dolor y parestesias porque el nervio mediano está comprimido por la cabeza del flexor superficial de los dedos; también se puede observar en pacientes con Síndrome del Túnel Carpiano. Se coloca el brazo y los dedos extendidos sobre la mesa en supinación excepto el 3º dedo que el paciente intenta flexionar contra resistencia del examinador. Suele ser una prueba dolorosa, pero para ser positiva deben generarse parestesias en el territorio del mediano.
- Signo del Tinel positivo sobre la cara volar o anterior del antebrazo proximal.



6.7. Diagnóstico

El diagnóstico del síndrome del pronador es principalmente clínico. En caso de duda y con el fin de confirmar el diagnóstico, pueden ser útiles las siguientes pruebas diagnósticas:

1. Radiografía del codo para descartar patología ósea¹.
2. La electromiografía (EMG) y otras pruebas de conducción nerviosa suelen ser normales en un porcentaje elevado de pacientes. Pueden ser útiles para descartar otros sitios de compresión^{1 6}. En el síndrome del pronador con afectación sensitiva la sensibilidad de la prueba electrofisiológica solo llega al 10%. Puede ser útil para ayudar a descartar otros sitios de compresión en pacientes con síntomas motores o sensoriales distales².
3. Resonancia magnética (RM) y ecografía: no son útiles¹, excepto si se sospecha o palpa una masa⁴, tumores o hematomas, deformidades, hipertrofia muscular o inserciones musculares anómalas².

6.8. Diagnóstico diferencial

Síndrome del nervio interóseo	<ul style="list-style-type: none">• Parálisis motora pura de cualquiera o de todos los músculos inervados por el nervio mediano. Los sitios de compresión anatómica son esencialmente los mismos para ambos trastornos.• EMG anomalías nervio interóseo¹.
-------------------------------	---

Neuropatías proximales del nervio mediano por afectación a nivel de la columna cervical o el plexo braquial	<ul style="list-style-type: none">• RX, RM, EMG, ecografía, ecoDoppler, etc.
---	--

Síndrome del túnel Carpiano	<ul style="list-style-type: none">• Signo de Tinel positivo en el área del pronador• Prueba de Phalen positiva
-----------------------------	---

Fatiga de los músculos flexores del antebrazo (miopatía, abuso de drogas, diabetes, neuropatías, etc) ² .	<ul style="list-style-type: none">• Dependerá de la causa que se sospeche: analítica, etc.
--	--

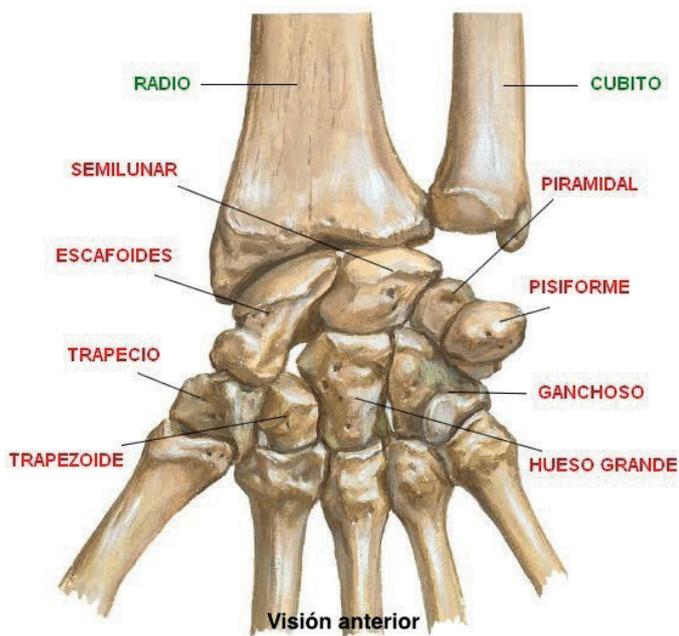
7. MANO Y MUÑECA

7.1. Características anatómicas y biomecánicas de la mano y la muñeca

La articulación de la muñeca une los huesos del antebrazo a los huesos del carpo. Los huesos de esta región anatómica son:

Antebrazo	Cúbito y radio
Fila proximal de los huesos del carpo	Escafoides, semilunar, piramidal y pisiforme
Fila distal de los huesos del carpo	Trapezio, trapezoide, grande y ganchoso

Estos huesos se articulan entre ellos a través de la articulación de la muñeca, que a su vez consta de **3 articulaciones** bien diferenciadas.



7.2. Ligamentos

Los **ligamentos** de la muñeca son estructuras tensas incrustadas en una cápsula delgada. Funcionan para reforzar áreas claves de la muñeca.

Entre los huesos del carpo existe una capa profunda de ligamentos, llamados ligamentos **intrínsecos**, permiten una cantidad restringida de movimiento y es la razón de que los huesos del carpo funcionen como una sola unidad.

La articulación está reforzada por la cápsula articular y por cuatro **ligamentos** principales:

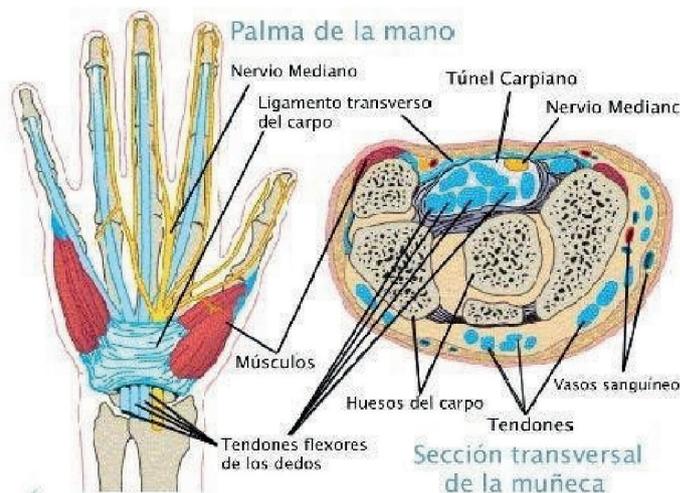
- Ligamento colateral interno (colateral cubital)
- Ligamento colateral externo (colateral radial)

- Ligamento anterior (radiocarpal anterior)
- Ligamento posterior (radiocarpal posterior)

7.3. Compartimentos

La muñeca tiene varios compartimentos. A los efectos de la presente guía nos interesa describir los siguientes:

- **Túnel carpiano:** la cara anterior del carpo forma el túnel o canal carpiano, limitado lateralmente por los tubérculos de los huesos escafoides y trapezio y medialmente por el pisiforme y el gancho del ganchoso. Se trata de un conducto osteofibroso formado por el retináculo (brazalete membranoso que impide que los tendones, al contraerse sus músculos, deformen la superficie de la extremidad y pierdan eficacia) flexor del carpo y los huesos del carpo por cuyo interior discurre el nervio mediano, los tendones de los músculos flexor superficial de los dedos, flexor profundo de los dedos, flexor largo del pulgar, flexor radial del carpo, el nervio mediano y vasos sanguíneos.



- **Canal de Guyon:** es una estructura de unos 4 cm de longitud que discurre entre los huesos pisiforme y ganchoso de la muñeca y está formado por el ligamento transverso del carpo, los ligamentos carpianos y el músculo oponente del 5º dedo. Su techo lo forma el ligamento volar del carpo y el músculo palmar brevis⁸ %.

7.4. Biomecánica: la muñeca permite realizar cuatro movimientos: flexión, extensión, inclinación cubital e inclinación radial, colaborando también en la Pronación y Supinación.

MOVIMIENTO	EJECUCIÓN	MÚSCULOS
Flexión	Hace posible mover la articulación de la muñeca entre 80° y 90°, a partir de la posición recta o neutra.	<ul style="list-style-type: none"> • palmar mayor • cubital posterior

Extensión	La extensión es el movimiento que permite dibujar un arco con la mano extendida. Tal extensión debe ser de aproximadamente 70°.	<ul style="list-style-type: none"> • primer radial externo • cubital posterior
-----------	---	--

Inclinación cubital	Es el movimiento de la mano que se hace hacia afuera, tomando como punto de referencia al cúbito. Lo normal es que la inclinación sea de alrededor de 60°.	<ul style="list-style-type: none"> • cubital anterior • cubital posterior
---------------------	--	---

Inclinación radial	Es un movimiento hacia adentro, tomando como punto de referencia al radio. La inclinación normal es de 25°.	<ul style="list-style-type: none"> • palmar mayor • supinador largo
--------------------	---	---

o de aprehensión de la mano, o bien de un apoyo prolongado del carpo o de una presión mantenida o repetida sobre el talón de la mano.

La Resolución del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social N° 295 de 2003, reconoce los trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo. La Resolución SRT N° 886/2015, establece que para la prevención de los TME se debe:

1. Identificar los puestos de trabajo
2. Evaluar nivel de riesgo
3. Establecer medidas de prevención
4. Realizar el seguimiento de acciones correctivas.

En este sentido se aprueba el protocolo de ergonomía, como herramienta básica para la prevención de TME.

8.4. Condiciones y actividades de riesgo

Trabajos que requieren movimientos repetidos o mantenidos de los tendones extensores y flexores de la mano y los dedos, de extensión de la muñeca o de aprehensión de la mano con giros o desviaciones cubitales y radiales repetidas, asociados a fuerza, o bien de un apoyo prolongado del carpo o de una presión mantenida o repetida sobre el talón de la mano. Ejemplos:

- Combinación de agarres fuertes con giros o desviaciones cubitales y radiales repetidas o forzadas de la mano.
- Desviación radial repetitiva y enérgica de la muñeca con abducción y extensión del pulgar (uso de alicates o tareas de aserrado).
- Realización de tareas manuales repetitivas como hacer punto, trabajos como envasadores, lavanderas, tareas de montaje.

También se ha asociado a micro-traumatismos recurrentes con las actividades de la vida diarias, directamente sobre la zona del pulgar o parte externa de la muñeca.

8.5. Clínica y semiología

La enfermedad De Quervain se presenta con dolor que involucra los tendones del primer compartimiento dorsal de la muñeca cuando atraviesan el retináculo extensor en la muñeca: tendones del abductor largo y extensor corto del pulgar¹².

Principales síntomas clínicos:

- Dolor en la muñeca, generalmente constante que aumenta con la extensión del pulgar o la abducción activa del pulgar o desviación cubital de la muñeca, y el agarre; suele aparecer de forma gradual, sin antecedente traumático, más intenso sobre la estiloides radial y puede irradiar distalmente hacia al pulgar y proximalmente hacia el antebrazo y en algunas ocasiones al hombro¹³. Puede alterar

8. ENFERMEDAD De DE QUERVAIN

8.1. Denominación: Tenosinovitis estenosante de De Quervain

Se caracteriza por una estenosis del canal osteofibroso sinovial en la estiloides radial. Los tendones afectados son el extensor corto del pulgar y el abductor largo del pulgar.

El dolor se origina por la tensión repetida y continuada de los tendones abductor largo del pulgar y/o extensor corto del pulgar en su paso bajo un retináculo* engrosado e inflamado del primer compartimiento extensor¹⁰.

8.2. Epidemiología

La prevalencia de enfermedad De Quervain es superior en las mujeres (1,3%) que en los hombres (0,5%) y es más elevada en trabajadores que en la población general¹¹.

Suele iniciarse entre los 30 y los 60 años¹². Se diagnostica con mayor frecuencia entre la cuarta y quinta década de vida (Stahl 2015) y durante el embarazo y postparto.

8.3. Criterios y evaluación de la exposición

Agentes: posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo de la extremidad superior.

Actividades laborales que requieren:

- Movimientos repetidos o mantenidos de los tendones extensores y flexores de la mano y los dedos.
- Movimientos repetidos o mantenidos de extensión de la muñeca

el sueño e incluso ser más intenso como para inutilizar la mano.

- Sensibilidad y/o hinchazón sobre la estiloides radial en la tabaquera anatómica.
- Algunos pacientes también pueden presentar rigidez o síntomas similares a una neuralgia.
- Generalmente se asocia con dolor cuando el pulgar se pliega sobre la palma y los dedos se flexionan sobre el pulgar.



8.6. Exploración física

Anamnesis: dolor e inflamación en la región de la estiloides radial, con sensibilidad a la palpación de la tabaquera anatómica, incluso si el dolor empeora puede palparse crepitación a lo largo del antebrazo radial.

MANIOBRAS:

Maniobra de Finkelstein*: Movimiento de extensión en desviación cubital de la muñeca con el pulgar en flexión completa y el resto de los dedos libres. Es positiva cuando la maniobra provoca dolor.

* Pueden dar falsos positivos ante una articulación trapecio-metacarpiana artrítica o artrósica (rizartrosis)

- Otra prueba consiste en colocar la extremidad afectada extendida de modo que la muñeca permanezca en el borde de la mesa. El brazo se coloca con la cara cubital del antebrazo sobre la mesa. El dolor se evalúa con una desviación cubital activa apacible, sin que el examinador aplique fuerza externa, asistida por gravedad en la muñeca. El dolor puede aparecer en la fase aguda, con sensibilidad localizada en la punta de la estiloides radial, y no es necesaria una manipulación adicional para asegurar un diagnóstico clínico. Si hay dolor mínimo o nulo con la desviación cubital asistida por gravedad, se puede aplicar una fuerza de desviación cubital suave a la mano, lo que da como resultado un aumento del estiramiento pasivo a través del primer compartimiento dorsal. En este punto, los pacientes pueden tener un aumento en el dolor de la muñeca con el lado radial focal sobre la estiloides, de acuerdo con el diagnóstico. Si este es el caso, el examinador no

necesita manipular más el pulgar del paciente para evitar molestias innecesarias.

8.7. Diagnóstico

El diagnóstico de la tenosinovitis de De Quervain es principalmente clínico.

En caso de duda y con el fin de confirmar el diagnóstico, pueden ser útiles las siguientes pruebas diagnósticas:

1. Ecografía: se puede observar engrosamiento de los tendones, líquido peritendinoso, alteraciones morfológicas de los tendones, hipervascularización peritendinosa, y/o alteración morfológica del compartimento¹⁴.

Pruebas de imagen de alta resolución (ultrasonidos o resonancia magnética)¹².

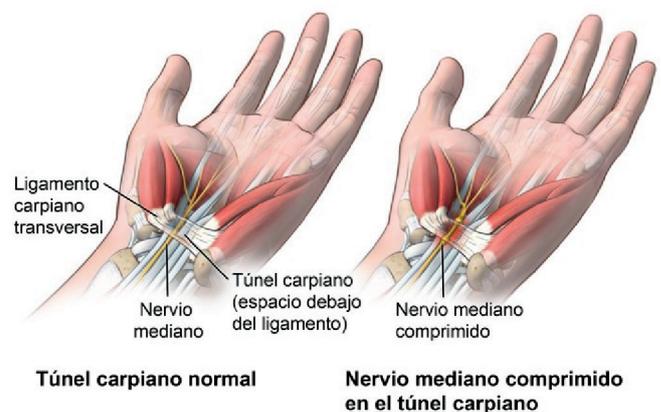
9. SÍNDROME DEL TÚNEL CARIANO

9.1 Denominación: síndrome del túnel carpiano, síndrome del canal carpiano.

El síndrome el túnel carpiano (STC) es una neuropatía compresiva del miembro superior debida al atrapamiento del nervio mediano en su paso por el túnel del carpo de la muñeca¹⁵, produciendo alteraciones motoras y sensitivas en la mano.

Existen dos mecanismos patogénicos:

- a. Compresión mecánica del nervio mediano que se produce por el paso del nervio a través de un túnel fibro-óseo o abertura en el tejido fibroso o muscular donde la presión se incrementa hasta 8 veces cuando la muñeca está flexionada y 10 veces cuando se extiende, y que conduce a la desmielinización focal del nervio seguida de una lenta remielinización sin lesión axonal, lo que conlleva una velocidad de conducción nerviosa lenta¹⁶.
- b. Isquemia del nervio: conduce a una microcirculación reducida con el consiguiente edema perineural, engrosamiento y fibrosis no inflamatoria en el sitio de la compresión lo que también aumenta la presión del túnel y restringe el movimiento normal del nervio¹⁷.



9.2. Epidemiología

El STC es la neuropatía compresiva de la extremidad superior más común. Se estima que la prevalencia en la población general es del 3-5%, y un 6 % en mujeres mayores de 40 años.

Es 4-5 veces más frecuente en mujeres que en hombres, con dos picos a los 50-59 años y a los 80 años. Entre el 22 -87 % de los casos suele ser bilateral. Se ha observado una elevada prevalencia en los trabajos expuestos a movimientos repetitivos de la mano¹⁶.

Se trata de una patología multifactorial, asociada a factores físicos y genéticos: obesidad, diabetes mellitus, acromegalia, tenosinovitis de flexores, gangliones, embarazo, hipotiroidismo, hemodiálisis, apnea obstructiva del sueño, obesidad, artritis reumatoide, etc. Cada aumento unitario en el índice de masa corporal aumenta el riesgo de STC en un 7,4%. Un 50% de casos, especialmente en mujeres pre-menopáusicas, es idiopático¹⁶.

El STC se asocia con ciertas ocupaciones en las que se produce exposición a vibraciones del brazo y la mano, movimientos repetitivos del dedo, la mano y la muñeca, fuerza, posturas prolongadas de flexión-extensión de muñeca, o por la combinación de ellos (uso de herramientas eléctricas vibratorias como amoladora). Se ha observado una mayor incidencia entre los trabajadores de alimentos congelados¹⁸.

9.3. Criterios y evaluación de la exposición

Agentes: Trabajos que requieren de movimientos repetidos o mantenidos de extensión de la muñeca o de aprehensión de la mano, o bien de un apoyo prolongado del carpo o de una presión mantenida o repetida sobre el talón de la mano.

Actividades laborales que requieren:

- Apoyo prolongado y repetido de forma directa o indirecta sobre las correderas anatómicas.
- Movimientos extremos de hiperflexión y de hiperextensión de la muñeca.
- Movimientos repetidos de muñeca y dedos: presión o pinza con la mano, sobre todo con flexión mantenida de la muñeca.
- Pronación-supinación de la mano.
- Posturas forzadas mantenidas de la muñeca.

La Resolución del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social N° 295 de 2003, reconoce los trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo. La Resolución SRT N° 886/2015, establece que para la prevención de los TME se debe:

1. Identificar los puestos de trabajo
2. Evaluar nivel de riesgo
3. Establecer medidas de prevención
4. Realizar el seguimiento de acciones correctivas.

En este sentido se aprueba el protocolo de ergonomía, como herramienta básica para la prevención de TME.

9.4. Condiciones y actividades de riesgo

El STC está asociado a esfuerzos manuales intensos en frecuencia y/o fuerza:

- Apoyos prolongados sobre el talón de la mano.
- Utilización regular de herramientas vibrátiles con empuñadura en el talón de la mano: martillos, pistoletos neumáticos, cortadoras y muelas eléctricas taladros, martillo de carpintero, hacha.

9.5. Actividades y tareas de riesgo: industria textil (costureros, embaladores, tejedores y bordadores), cultivos de flores, empacadores, mecánicos, músicos de cuerdas y percusión, ensambladores de línea, electricistas, pintores industriales, perforadores de piedra, odontólogos, técnicos dentales, cajeros y trabajadores de aves de corral, lavanderías, cortadores de tejidos y material plástico y similares, trabajos de montaje (electrónica, mecánica), industria textil, mataderos (carniceros, matarifes), hostelería (camareros, cocineros), soldadores, carpinteros, pulidores, pintores.



9.6. Clínica y semiología

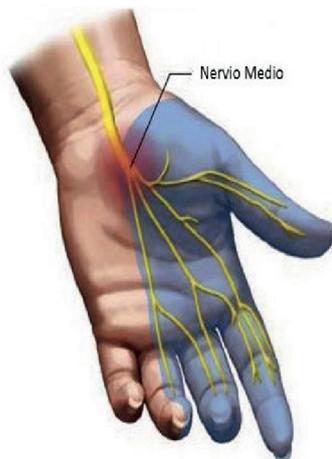
- Los síntomas del STC generalmente comienzan de manera insidiosa y progresan lentamente, pueden incluir dolor localizado, pérdida sensorial y/o debilidad motora, cualquiera de estos síntomas puede ser el predominante.
- El dolor, entumecimiento, hormigueo y adormecimiento puede estar localizado en cara palmar del pulgar, índice, medio y anular; en la cara dorsal, lado cubital del pulgar y los dos tercios distales del índice, medio y anular.
- Las parestesias afectan al pulgar, segundo, tercer y mitad del cuarto dedo, aunque algunos pacientes pueden presentar molestias en toda la mano e irradiar hacia el antebrazo, el brazo e incluso al hombro, y pueden ser intermitentes o constantes conforme avanza la enfermedad.
- Los síntomas, en un principio nocturnos, pueden progresar

a síntomas diurnos a medida que empeora la enfermedad⁹.

- También pueden presentar malestar doloroso sordo en la mano, antebrazo o la parte superior del brazo, parestesias en la mano, debilidad o torpeza de la mano con el pellizco y la pinza, con incluso caída de las cosas, piel seca, hinchazón y/o cambios del color de la mano. Colgar el brazo por fuera de la cama suele aliviar el dolor⁹.
- Si la lesión del nervio es severa, puede haber afectación motora. El primer signo sería dificultad para los movimientos de abducción y oposición del primer dedo.
- Otros síntomas y signos¹⁴:

- Alteraciones del tacto en la punta de los dedos
- Dificultad para realizar movimientos a causa de la debilidad de la musculatura
- Trastornos del movimiento, disminución de la capacidad y fuerza para apretar las cosas
- Atrofia y pérdida de fuerza de los músculos intrínsecos

Túnel Carpiano - Afectación de sensibilidad



9.7. Exploración física

MANIOBRAS:

- Maniobra de Phalen: con la flexión sostenida de la muñeca en ángulo recto durante 60 segundos generalmente se provocan los síntomas en el paciente.
- Signo de Tinel: al golpear el túnel carpiano de la muñeca, generalmente provoca parestesias en la porción inervada mediana de la mano.
- Maniobra de Phalen invertida: al mantener la muñeca y los dedos en extensión durante dos minutos, aparece la sintomatología. Aumenta la sensibilidad de los métodos de detección convencionales.

- Déficit motor: Los músculos centinela del síndrome del túnel carpiano son el abductor corto y el oponente del pulgar. El oponente se explora pidiendo al sujeto que apriete con fuerza la yema del pulgar contra la del meñique.

Una manera sencilla de explorar el abductor corto del pulgar es buscar el "signo de la botella"⁹. Al abrazar una botella con la mano, el pliegue cutáneo entre el pulgar y el índice no se amolda al contorno de la botella en la mano parética.

9.8. Diagnóstico

El diagnóstico del STC es principalmente clínico.

1. Sensibilidad (S) y especificidad (E) de las maniobras exploratorias:
 - Combinación Phalen y compresión manual del carpo: S=68-70%; E=73-83%
 - Tinel: S=20-50%; E=76-77%^{19 20}
 - Se recomienda realizar las tres pruebas
2. Electromiograma (EMG): considerado la "prueba de oro" para la evaluación de pacientes con sospecha de STC. En el 13-27% de pacientes sintomáticos el EMG es normal.
3. Ecografía de la muñeca para medir la inclinación del retináculo flexor¹⁹.
4. Resonancia magnética (RM) y TAC: ante sospecha de tumores, estenosis del canal, etc. en el estudio del codo.
5. Radiografía: solo indicada en pacientes con antecedentes de traumatismo¹⁹.

Analíticas y pruebas de imagen: para descartar enfermedades sistémicas.

9.9. Diagnóstico diferencial

Fracturas de muñeca	• Pruebas de imagen
Radiculopatía cervical	• Pruebas de imagen • EMG
Alteraciones metabólicas: Hormonales, carenciales otóxicas: Hipotiroidismo, Diabetes mellitus, Acromegalia, Artritis reumatoide, Amiloidosis, Esclerodermia, Alcoholismo/ malnutrición, Carencia de Vitamina B12, Colagenosis, Obesidad, Adelgazamiento intenso rápido, Embarazo, Anovulatorios, Menopausia, Ooforectomía bilateral, Gota, condrocalcinosis (INSHT)	• Analítica

Fármacos potencialmente neurotóxicos: Isoniazida, difenilhydantoína, antabús, amiodarona, cloramfenicol, amitriptilina, metronidazol, perhexilina maleato, citostáticos.

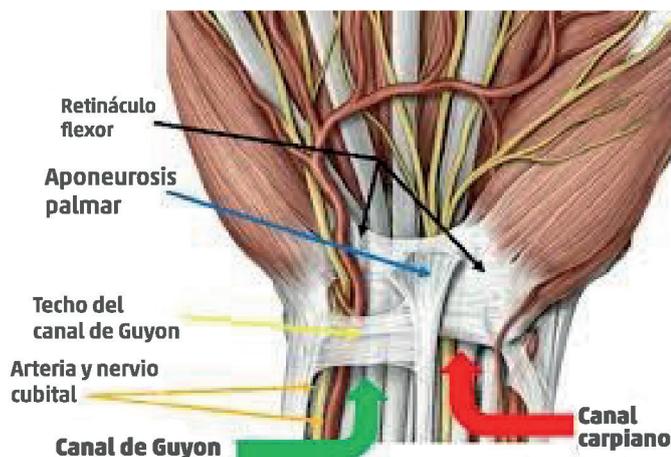
Otras: EPOC, Nefropatía crónica, Neuropatía con hipersensibilidad a la compresión.

10. SÍNDROME DE GUYON

10.1 Denominación: Síndrome del canal de Guyon

El síndrome de Guyon es una neuropatía compresiva del nervio cubital a nivel de la muñeca, descrita por DuPont et al en 1965 en pacientes con neuritis cubital adquirida²¹.

Se produce por el atrapamiento o compresión del nervio cubital a su paso por el canal de Guyón en que se divide en: a) una rama superficial que recoge la sensibilidad del quinto y mitad del cuarto dedo, y b) una rama profunda motora que inerva los músculos propios de la mano.



10.2. Epidemiología

Los trastornos musculo esqueléticos (TME) comprenden las patologías del sistema osteoarticular incluyendo los nervios y vasos. Fármacos: isoniazida, difenilhydantoína, antabús, amiodarona, cloramfenicol, amitriptilina, metronidazol, perhexilina maleato, citostáticos.

10.3. Criterios y evaluación de la exposición

Agentes: posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo.

Actividades laborales que requieren:

- Movimientos repetidos o mantenidos de los tendones extensores, flexores de la mano y los dedos.
- Movimientos repetidos o mantenidos de extensión de la muñeca, aprehensión de la mano o de apoyo prolongado del carpo, de una presión mantenida o repetida sobre el talón de la mano.

La Resolución del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad

Social N° 295 de 2003, reconoce los trastornos musculo esqueléticos relacionados con el trabajo. La Resolución SRT N° 886/2015, establece que para la prevención de los TME se debe:

1. Identificar los puestos de trabajo
2. Evaluar nivel de riesgo
3. Establecer medidas de prevención
4. Realizar el seguimiento de acciones correctivas.

En este sentido se aprueba el protocolo de ergonomía, como herramienta básica para la prevención de TME.

10.4. Condiciones y actividades de riesgo

El síndrome de Guyon está asociado a trabajos en los que se produzca⁹.

- a. Apoyo prolongado y repetido de forma directa o indirecta sobre las correderas anatómicas que provocan lesiones nerviosas por compresión, movimientos extremos de hiperflexión y de hiperextensión, compresión prolongada en la muñeca o de una presión mantenida o repetida sobre el talón de la mano.

10.5. Actividades y tareas de riesgo: ordeño de vacas, grabado, talla y pulido de vidrio, trabajo de zapatería, leñadores, herreros, peleteros, lanzadores de martillo, disco y jabalina.

- b. Tracción longitudinal sobre el nervio

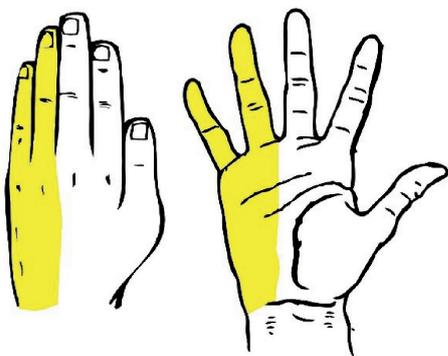
10.6. Actividades y tareas de riesgo: montaje manual (electrónica, mecánica, automóvil, etc.), industrias de cerámica, industrias textiles, mataderos (carniceros, matarifes), ordeño manual, limpieza, albañiles, empedradores, agricultores, jardineros, soldadores, carpinteros, pulidores, pintores, leñadores, herreros, deportistas (ciclistas de fondo, lanzadores de martillo, disco, jabalina), trabajos manuales de talla, pulido, bruñido, grabado, telefonistas, empleados de zapatería, conductores, motoristas, empleados de mudanzas, descargadores.

- c. Apoyos prolongados o repetidos sobre superficies duras o aristas sobre el talón de la mano.
- d. Condiciones que actúan por rotación: cortadoras y muelas eléctricas.
- e. Condiciones que actúan por percusión: martillos y engrampadoras neumáticas.
- f. Percusión/rotación: taladros.
- g. Con empuñadura corta y/o delgada y/o resbaladiza.
- h. Pesadas para uso repetido: martillo de carpintero, hacha.



10.7. Clínica y semiología

Compresión de la Zona III: rama superficial del nervio cubital afectado. Presentan pérdida sensorial en la cara palmar del dedo pequeño y el lado palmar-cubital del dedo anular. No existe debilidad hipotenar e interósea. Son causadas por músculos anómalos o por trombosis de la arteria cubital. Los síntomas puramente sensoriales también pueden ser causados por una lesión en la zona I que comprima solo la parte palmar del nervio⁹.



10.8. Exploración física



Prueba de Phalen y el signo del Tinel: su sensibilidad y especificidad en el síndrome de Guyon no son claras (Shehab 2013).

10.9. Diagnóstico

El diagnóstico del síndrome de Guyon es principalmente clínico.

En caso de duda y con el fin de confirmar el diagnóstico, pueden ser útiles las siguientes pruebas diagnósticas:

1. Electromiograma (EMG): puede contribuir a determinar el nivel de la lesión y descartar enfermedad de neurona motora o neuropatía periférica⁸.
2. Ecodoppler o arteriografía: en caso de sospecha lesión vascular.
3. Pruebas de imagen: radiografías, TAC, Resonancia magnética, ecografía de alta resolución: en caso de sospecha de fracturas, anomalías estructurales, etc²³.

Analítica: para evaluar posible asociación con enfermedades metabólicas, trastornos inmunológicos, infecciones, estados carenciales e intoxicaciones⁹.

10.10. Diagnóstico diferencial

Dolor cervical o de otras articulaciones periféricas (principalmente codo) y otras causas de neuropatía del cubital por compresión en otras zonas de su trayecto:

- Radiculopatía cervical C8-T1 • RMN, EMG

- Síndrome del desfiladero Torácico • Clínico, Radiología, RMN, eco-doppler, fotopleletismografía o neumopleletismografía dinámica arterial, arteriografía, EMG.

- Insuficiencia del ligamento colateral cubital • Clínica

- Compresión a nivel del codo (arcada de Struthers, canal epitrocleo-olecraneano del codo, etc.), o del antebrazo (tendones y musculatura flexo-pronadora 4º y 5º dedo) • EMG, pruebas de imagen

Síndrome del túnel carpiano • Signo de Tinel positivo en el área del pronador
• Prueba de Phalen positiva
• EMG

11. PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD PROFESIONAL DEL MIEMBRO SUPERIOR

Uno de los objetivos fundamentales del sistema es la reducción de la siniestralidad a través de la prevención de los riesgos laborales (Resolución 886/2015).

Empleadores, trabajadores y Aseguradoras de Riesgos del Trabajo comprendidos en el ámbito de la Ley N° 24.557 están obligados a adoptar las medidas legalmente previstas para prevenir eficazmente los riesgos del trabajo (artículo 4). A tal fin, dichas partes deberán asumir compromisos para cumplir con las normas de higiene y seguridad en el trabajo.

El Anexo I de la Resolución del MINISTERIO DE TRABAJO, EMPLEO y SEGURIDAD SOCIAL (M.T.E. y S.S.) N° 295 de fecha 10 de noviembre de 2003, reconoce los TME relacionados con el trabajo como un problema importante de salud laboral que puede gestionarse utilizando un programa de ergonomía integrado para la salud y la seguridad.

Por tanto, en la prevención de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales se aplican principios de ergonomía, tratando de adaptar el trabajo al hombre.

Para facilitar el cumplimiento de la Norma se elaboró la Guía práctica de Implementación del Protocolo de Ergonomía de la Resolución SRT N° 886/15 que consta de 4 apartados.

1. Identificación de factores de riesgo: por áreas/sector, puesto de trabajo, tareas habituales, tiempo total de exposición al Factor de Riesgo, nivel de riesgo, capacitación, manifestaciones clínicas de los trabajadores, etc. Los factores de riesgo que contempla y que se conoce que tienen efecto sobre los TME son:

- Levantamiento y/o descenso manual de carga sin transporte
- Empuje y arrastre manual de carga.
- Transporte manual de cargas.
- Bipedestación
- Movimientos repetitivos de miembros superiores.
- Posturas forzadas
- Vibraciones mano – brazo y de cuerpo entero.
- Confort térmico.
- Estrés de contacto.

2. Evaluación Inicial de Factores de Riesgo: incluye indicaciones para la realización de una evaluación más detallada de los diferentes factores de riesgo, con el fin de permitir y definir la existencia del riesgo y la necesidad de su evaluación, de acuerdo a la Resolución 886/2015 y la Resolución 295/2003.

3. Identificación de Medidas Preventivas Generales y Específicas: propuesta de medidas preventivas para evitar/reducir los TME, distinguiendo dos tipos:

- Medidas correctivas y preventivas: dirigidas a todos

los trabajadores.

- Medidas correctivas y preventivas específicas:

Medidas de ingeniería	- Utilizar ayuda mecánica para eliminar o reducir el esfuerzo requerido por una herramienta. - Seleccionar o diseñar herramientas que reduzcan la fuerza, el tiempo de manejo y mejoren las posturas. - Utilizar dispositivos (asistidores) y/o transportadores mecánicos para el manejo y transporte de cargas. - Proporcionar puestos de trabajo adaptables al usuario que mejoren las posturas. - Realizar programas de control de calidad y mantenimiento de herramientas y equipos que reduzcan fuerzas innecesarias y esfuerzos asociados con el trabajo.
-----------------------	---

Medidas administrativas	- Disminuir el tiempo de exposición. - Realizar pausas o ampliarlas lo necesario, de forma de implementar sistemáticamente tiempos de recuperación. - Cambios de proceso. - Adecuar la organización del trabajo para poder mejorar los tiempos de recuperación dentro del ciclo de trabajo. - Implementar un sistema de rotación entre puestos de trabajo o dentro del mismo puesto, o bien cuando se considere que es la mejor solución para la recuperación de los grupos musculares.
-------------------------	---

4. Seguimiento de medidas correctivas y preventivas:

El empleador, deberá ejecutar las medidas identificadas en el tiempo y forma más efectivos posible, para prevenir, eliminar o mitigar los factores de riesgo. Una vez el nivel de riesgo de un puesto de trabajo sea mínimo, debe ser valorado anualmente.

12. BIBLIOGRAFÍA

12.1. Referencias Bibliográficas

1. Rodner CM, Tinsley BA, O'Malley MP. **Pronator Syndrome and Anterior Interosseous Nerve Syndrome.** J Am Acad Orthop Surg. 2013; 21: 268-275.

2. López Almejo L, Clifton Correa JF, Navarro Becerra E, Villarruel Sahagún JA, Zermeño Rivera JJ, Espinosa de los Monteros Kelley AF, Lozano Rascón JC, Gutiérrez Mendoza I. **Síndrome del pronador**. Ortho-tips. 2014; 10: 46-56.
3. Thatte MR, Mansukhani KA. **Compressive neuropathy in the upper limb**. Indian J Plast Surg. 2011; 44 (2): 283-297.
4. Presciutti S, Rodner CM. **Pronator Syndrome**. J Hand Surg Am. 2011; 36 (5): 907-9.
5. Lafon L, Lautman S, Corcia P, Laulan J. **Compressions du nerf médian dans la région du coude et de la partie proximale de l'avant-bras. À propos d'une série de 35 cas consécutifs**. Chirurgie de la main. 2013; 32: 147-153.
6. Luangjarmekorn P, Tsai TM, Honsawek S, Kitidumrongsook P. **Role of pronator release in revision carpal tunnel surgery**. SICOT J. 2016; 2, 9.
7. Ministerio de Sanidad y Consumo, Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud. **Protocolos de vigilancia sanitaria específica. Movimientos repetidos de miembro superior**. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo, 2000. (Disponible en: <https://www.msssi.gob.es/ciudadanos/saludAmbLaboral/docs/movimientos.pdf>).
8. Aleksenko D, Dulebohn SC. **Guyon Canal Syndrome**. StatPearls [Internet]. Bookshelf. 2018. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK431063/>
9. **Directrices para la decisión clínica en enfermedades profesionales (en catálogo). Enfermedades profesionales relacionadas con los TME. DDC-TM1, DDC-TM2, DDC-TM4, DDC-TM5, DDC-TM6, DDC-TM7, DDC-TM10**. Madrid: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. 2012 (disponible en: <http://www.insht.es/portal/site/Insht/menuitem.1f1a3bc79ab34c578c2e8884060961ca/?vgnextoid=591ef15ef8de5310VgnVCM1000008130110aRCRD&vgnextchannel=25d44a7f8a651110VgnVCM100000dc0ca8c0RCRD>)
10. Goel R, Abzug JM. **De Quervain's tenosynovitis: a review of the rehabilitative options**. Hand (N Y). 2015;10:1-5.
11. Sutton D, Gross DP, Côté P, Randhawa K, Yu H, Wong JJ, Stern P, Varatharajan S, Southerst D, Shearer HM, Stupar M, Goldgrub R, van der Velde G, Nordin M, Carroll LJ, Taylor-Vaisey A. **Multimodal care for the management of musculoskeletal disorders of the elbow, forearm, wrist and hand: a systematic review by the Ontario Protocol for Traffic Injury Management (OPTIMA) Collaboration**. Chiropr Man Therap. 2016; 24: 8.
12. Piligian G, Herbert R, Hearn M, Dropkin J, Landsbergis P, Cherniack M. **Evaluation and Management of Chronic Work-Related Musculoskeletal Disorders of the Distal Upper Extremity**. Am J Ind Med. 2000; 37:75-93.
13. González-Iglesias J, Huijbregts P, Fernández-de-Las-Peñas C, Cleland JA. **Differential diagnosis and physical therapy management of a patient with radial wrist pain of 6 months duration: a case**. J Orthop Sports Phys Ther. 2010; 40: 361-8.
14. Lacárcel Tejero B. **Enfermedades profesionales por fatiga de la vaina tendinosa que afectan a muñeca y mano**. Ciencia Forense, 11/2014: 65-90 ISSN: 1575-6793.
15. DecP, ZyluKA. **Bilateral carpal tunnel syndrome - a review**. Neurologia i neurochirurgia polska. 2018; 52: 79-83.
16. Wahab KW, et al. **Carpal Tunnel Syndrome and Other Entrapment Neuropathies**. Oman Medical Journal. 2017; 3 (6): 449-454. RW
17. Festen-Schrier, Amadio. **The biomechanics of subsynovial connective tissue in health and its role in carpal tunnel syndrome**. Journal of Electromyography and Kinesiology. 2018; 38: 232-239.
18. Hermiz SJ, Kalliainen LK. **Evidence-Based Medicine: Current Evidence in the Diagnosis and Management of Carpal Tunnel Syndrome**. Plast. Reconstr. Surg. 2017; 140: 120e - 129e.
19. Guía Colombiana de Salud, S.A. **Guía de atención en consulta prioritaria dolor articular**. (Disponible en: http://www.colombianadesalud.org.co/GUIAS_ATENCION_MEDICINA/GUIA%20DOLOR%20ARTICULAR%20C%20%20PRIORITARIA%202015%202020.pdf)
20. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo-INSHT. **Encuesta Nacional de Condiciones de Trabajo. 2015 6ª EWCS-España**. Madrid: Ministerio de Trabajo e Inmigración, 2017.
21. Chen SH, Tsai TM. **Ulnar Tunnel Syndrome**. J Hand Surg Am. 2014; 39 (3): 571-579.
22. Shehab R, Mirabelli MH. **Evaluation and Diagnosis of Wrist Pain: A Case-Based Approach**. Am Fam Physician. 2013; 87(8): 568-573.
23. Mitchell CH, Fayad LM, Ahlawat S. **Magnetic Resonance Imaging of the Digital Nerves of the Hand: Anatomy and Spectrum of Pathology**. Current Problems in Diagnostic Radiology. 2018; 47: 42-50.

12.1. Referencias Bibliográficas

- Amin NH, Kumar NS, Schickendantz MS. **Medial Epicondylitis: Evaluation and Management**. J Am Acad Orthop Surg. 2015; 23: 348-355.
- Boone S, Gelberman RH, Calfee RP. The Management

of Cubital Tunnel Syndrome. *J Hand Surg Am.* 2015; 40 (9): 1897-1904.

- Buchanan BK, Hughes J. **Tennis Elbow (Lateral Epicondylitis).** StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2017 Jun-2017 May 28. Last Update: May 28, 2017.
- Caraballo-Arias Y. **Temas de epidemiología y salud pública Tomo II.** 1° ed., Venezuela: EBUC; 2013. p. 745-764.
- Cardozo Puentes PE. **Epicondilitis y su dificultad en la calificación como enfermedad profesional.** Máster universitario en medicina evaluadora. Edición 2010 – 2011
- Celester-Barreiro G. **Tendinopatía de De Quervain (1). Revisión de conceptos.** *Rev Iberam Cir Mano.* 2009; 37:83-90.
- Chang WK, Li YP, Zhang DF, Liang BS. **The cubital tunnel syndrome caused by the intraneural or extraneural ganglion cysts: Case report and review of the literatura.** *J Plast Reconstr Aesthet Surg.* 2017; 70 (10): 1404-1408.
- Chung KC, Lark ME. **Upper Extremity Injuries in Tennis Players: Diagnosis, Treatment, and Management.** *Hand Clin.* 2017; 33(1): 175-186.
- Coombes BK, Bisset L, Vicenzino B. **Management of Lateral Elbow Tendinopathy: One Size Does Not Fit All.** *Journal of orthopaedic & sports physical therapy,* 2015; 45 (11), 938.
- daCostaJT, BaptisatJS, VazM. **Incidence and prevalence of upper-limb work related musculoskeletal disorders: A systematic review.** 2015; 51 (4): 635-644.
- Dabija DI, Gao C, Edwards TL, Kuhn JE, Jain NB. **Genetic and familial predisposition to rotator cuff disease: a systematic review** *J Shoulder Elbow Surg.* 2017; 26: 1103-1112.
- deOliveiraFCL, BouyerLJ, AgerAL, RoyJS. **Electromyographic analysis of rotator cuff muscles in patients with rotator cuff tendinopathy: A systematic review.** *J Electromyogr Kinesiol.* 2017; 35: 100-114.
- Earp BE, Floyd WE, Louie D, Koris M, Protomastro P. **Ulnar Nerve Entrapment at the Wrist.** *J Am Acad Orthop Surg.* 2014; 22: 699-706
- Eberlin KR, Marjoua Y, Jupiter JB. **Compressive Neuropathy of the Ulnar Nerve: A Perspective on History and Current Controversies.** *J Hand Surg Am.* 2017; 42(6): 464-469.
- Fadel M, Lanciguc R, Raimbeaud G, Roquelauree Y, Descatha A. **Occupational prognosis factors for ulnar nerve entrapment at the elbow: A systematic review.** *Hand Surg Rehabil.*

2017; 36(4): 244-249.

- Garving C, Jakob S, Bauer I, Nadjar R, Brunner UH. **Impingement Syndrome of the Shoulder** *Dtsch Arztebl Int.* 2017; 114 (45): 765-776.
- GBD 2016 Disease and Injury Incidence and Prevalence Collaborators. **Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 328 diseases and injuries for 195 countries, 1990-2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016.** *Lancet.* 2017;390(10100):1211-1259.
- Ginanneschia F, Mondellib M, Cioncolonic D, Rossia A. **Impact of carpal tunnel syndrome on ulnar nerve at wrist: Systematic review.** *Journal of Electromyography and Kinesiology.* 2018; 40: 32-38.
- **Health and Safety Executive. Upper limb disorders in the workplace.** 2002.
- Lambea Guiu A. **Epitrocleititis en el ámbito laboral: determinación de contingencia y riesgo ergonómico.** Máster de Medicina Evaluadora 2010-2011. Universidad de Barcelona-Asepeyo. (Disponible en: file:///C:/Users/U10052/Downloads/MME%202011%20%20EPITROCLEITIS%20%20word%20def.pdf)
- Macía Calvo M. **La patología de hombro como enfermedad profesional.** *Ciencia Forense.* 2014; 11: 105-126
- Rotator-Cuff Failure. *N Engl J Med.* 2008; 358: 2138-47.
- Matsen FA 3rd. **Clinical practice. Rotator-cuff failure.** *N Engl J Med.* 2008 May 15;358:2138-47.
- Navarro Becerra E. **Síndromes compresivos del nervio cubital en codo y muñeca.** 2014; 10 (1): 26-33.
- O'Driscoll SW. **Physiotherapy or a wait-and-see policy were best long-term treatment options for lateral epicondylitis.** *J Bone Joint Surg Am.* 2002;84-A:1487.
- Pesquer L, Borghol S, Meyer P, Ropars M, Dallaudière B, Abadie P. **Multimodality imaging of subacromial impingement syndrome.** *Skeletal Radiol.* 2018. doi: 10.1007/s00256-018-2875-y.
- Polo Alvarado BE et al. **Guía de Atención Integral de Salud Ocupacional Basada en la Evidencia para Hombro Doloroso Relacionado con Factores de Riesgo en el Trabajo.** Ministerio de Protección Social Colombia. 2007
- Rojas M, Gimeno D, Vargas-Prada S, Benavides FG. **Dolor musculoesquelético en trabajadores de América Central: resultados de la I Encuesta Centroamericana de Condiciones de Trabajo y Salud.** *Rev Panam Salud Publica.* 2015;38 (2):120-8.
- Shiri R, Viikari-Juntura E. **Best Practice and Research**

Clinical Rheumatology. 2011; 25: 43–57.

- Stahls, Vida D, Meisner C, Lotter O, Rothenberger J, Schaller HE, Stahl AS. **Systematic review and meta-analysis on the work-related cause of de Quervain tenosynovitis: a critical appraisal of its recognition as an occupational disease.** Plast Reconstr Surg. 2013;132:1479-91.
- Staples JR, Calfee R. **Cubital Tunnel Syndrome: Current Concepts.** J Am Acad Orthop Surg. 2017; 25: e215-e224.
- Tosti R, Jennings J, Sowards JM. **Lateral Epicondylitis of the Elbow.** The American Journal of Medicine (2013) 126, 357.e1-357.e6
- Vaquero-Picado A, Barco R, Antuña SA. **Lateral epicondylitis of the elbow.** EFORT Open Rev 2016; 1:391397. DOI: 10.1302/2058-5241.1.000049.

Anexo I. Ficha del trabajador (Registro)

REGISTRO DE TRASTORNOS MUSCULO ESQUELÉTICOS (TME) DE MIEMBRO SUPERIOR DE ORIGEN PROFESIONAL

1. Datos del trabajador:

Apellidos

Nombre

Sexo Hombre [] Mujer []

Fecha de nacimiento Fecha [dd]/[mm]/[aaaa] Edad [] años

Documento identidad

Teléfono de contacto

Domicilio, dirección postal

Domicilio, ciudad Código postal []

Puesto de trabajo

Antigüedad en el puesto Fecha [dd]/[mm]/[aaaa] [] años

2. Datos de la empresa

Nombre de la empresa:

Actividad de la empresa:

Ciudad: Código postal:

Nombre persona de contacto empresa:

Teléfono de contacto:

Servicio de Prevención:

Servicio de Medicina del Trabajo:

3. Historia laboral: puestos de trabajo

Puestos de trabajo	Ocupación / Tarea	Inicio	Finalización
Actual		[dd]/[mm]/[aaaa]	
Anterior 1		[dd]/[mm]/[aaaa]	[dd]/[mm]/[aaaa]
Anterior 2		[dd]/[mm]/[aaaa]	[dd]/[mm]/[aaaa]
Anterior 3		[dd]/[mm]/[aaaa]	[dd]/[mm]/[aaaa]
Anterior 4		[dd]/[mm]/[aaaa]	[dd]/[mm]/[aaaa]

Descripción de las tareas actuales:

Descripción de tareas anteriores relevantes:

4. Historia laboral: Presencia de agentes de riesgo/exposiciones

Agentes de riesgo actuales	SI	NO	Tiempo (meses)	Zona anatómica con exposición
Posturas forzadas				
Movimientos repetitivos				
Manipulación manual de cargas				
Aplicación de fuerza				
Vibraciones				
Utilización de maquinaria				

5. Orientación diagnóstica

Tendinitis del manguito de los rotadores Epicondilitis Epitrocleititis Síndrome de compresión del nervio cubital

Síndrome del pronador Enfermedad de De Quervain Síndrome del Túnel Carpiano Síndrome de Guyon

SINTOMAS Y SIGNOS SI NO DESCRIPCIÓN

Dolor

Parestesias

Entumecimiento

Edema/hinchazón

Impotencia funcional

Disminución fuerza

Limitación movimientos

Otros

6. Signo-sintomatología del TME con orientación laboral.

Inicio de los síntomas Gradual Súbito Si No

¿En qué momento de la jornada se encuentra peor? Si No

Lunes (o inicio de la semana laboral) Si No

Viernes (o final de la semana laboral) Si No

¿Ha habido cambios en los procesos de trabajo previamente a la aparición de síntomas? Si No

¿Hubo una exposición inusual en el trabajo durante las horas/días anteriores a la aparición de síntomas? Si No

¿Los síntomas empeoran a lo largo de la jornada de trabajo? Si No

¿Los síntomas mejoran en épocas de descanso (fin de semana, vacaciones, etc.)? Si No

¿Otros compañeros de trabajo presentan síntomas? Si No

Otros

Breve descripción/Comentarios:

7. Exposiciones y factores extra-laborales asociado a TME (especificar)

Pasatiempos/hobbies Si No

Deportes Si No

Otro (1) Si No

Otro (2) Si No

8. Exploración clínica

Maniobras exploratorias Descripción

9. Pruebas diagnósticas

Prueba Resultado FECHA

Ecografía

RNM

Electromiografía

Radiografía

TAC

Eco Doppler

Análisis clínicos

Otras

10. Prevención laboral: actuaciones y documentación, añadir valoración/comentarios

Informe evaluación de riesgos Si [] No []

Informe mediciones / métodos Si [] No []

Capacitación sobre riesgos en el puesto de trabajo o tarea realizada Si [] No []

Otras:

Enumerar métodos (Fecha)

11. Conclusiones (especificar, cuando corresponda, en caso de respuesta afirmativa)

¿Se trata de un TME relacionado con el trabajo? Si [] No []

Sospecha diagnóstica

Código CIE-10

Derivación traumatólogo/centro especializado, especificar Si [] No []

Adopción de medidas preventivas, especificar Si [] No []

Cambio de puesto de trabajo, especificar Si [] No []

Otras adaptaciones del trabajo, especificar Si [] No []

Valoración incapacidad permanente (IP), especificar Si [] No []

12. Datos Médico Evaluador

Apellidos

Nombre

Número de Matricula

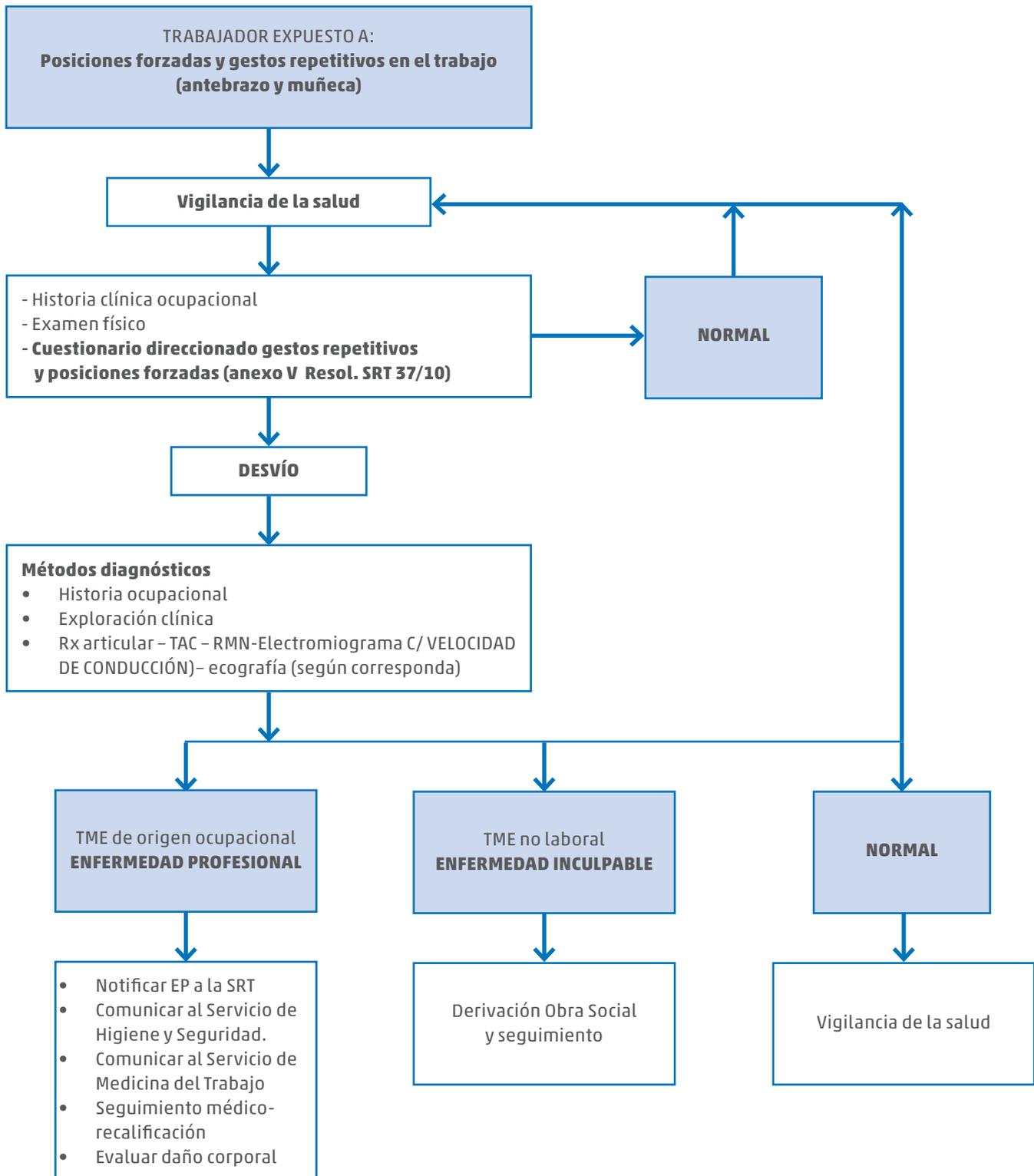
Firma y Sello

Ciudad, fecha

Anexo II. Marco Normativo

Norma N°	Referencia
Ley N° 24557	Ley de Riesgos del Trabajo
Ley N° 27348	Ley Complementaria de la Ley de Riesgos del Trabajo
Decreto N° 351/79	Reglamentario de la Ley N° 19.587
Decreto N° 658/96	Listado de Enfermedades Profesionales
Resolución SRT N° 37/10	Exámenes Médicos Anexo V: AGENTE: Gestos repetitivos y posiciones forzadas. Cuestionario direccionado
Resolución SRT N° 886/15	Protocolo de ergonomía: de identificación y prevención de factores de riesgo ergonómico. Establece que para la prevención de los TME se debe: <ul style="list-style-type: none"> Identificar los puestos de trabajo Evaluar nivel de riesgo Establecer medidas de prevención Realizar el seguimiento de acciones correctivas
Guía práctica de implementación del protocolo de ergonomía de la Resolución SRT N° 886/15	Documento de desarrollo de la Resolución SRT para la evaluación y abordaje de los factores de riesgo ergonómicos en el lugar de trabajo.
Resolución 81/2019 – Anexo III	Sistema de vigilancia y control de sustancias y agentes cancerígenos
Resolución MTEySS N° 295/03	Especificaciones técnicas sobre ergonomía y levantamiento manual de cargas, y sobre radiaciones

Anexo III. Esquema de actuación: Vigilancia médica de los trastornos músculo esqueléticos del miembro superior de origen profesional



ANEXO IV

Clasificación de la patología laboral del miembro superior

Localización	Enfermedad	CIE-10	Clínica, síntomas	Diagnóstico
Hombro	Patología del manguito rotador.	M75.10	<ul style="list-style-type: none"> Dolor en el hombro que puede ser provocado por acostarse en el lado afectado por la noche. Existe una limitación de ciertos movimientos del hombro que dependen de qué tendón se ve afectado. En la tendinitis bicipital, el dolor se experimenta en la parte frontal del hombro y al elevar el brazo al frente. 	<ul style="list-style-type: none"> Clínica Ecografía Radiografía Resonancia magnética TAC
	Síndrome del manguito rotador			
Hombro	Epicondilitis	M77.1	<ul style="list-style-type: none"> Dolor lateral en el codo, exacerbado por movimientos repetitivos de la muñeca. Dolor que emana de la cara lateral del codo. Dolor o ardor en el codo. 	<ul style="list-style-type: none"> Clínica Ecografía Resonancia magnética
	Epitrocleititis			
	Síndrome de compresión del nervio cubital	G56.2	<ul style="list-style-type: none"> Dolor o parestesias relacionadas con la actividad (por ejemplo, entumecimiento, sensación de frío, rigidez) que involucran el 4º y 5º dedo junto con dolor en la cara medial del codo que puede extenderse proximal o distalmente. Dolor o parestesias que empeoran durante la noche. Disminución de la sensación del dedo meñique y la mitad cubital (externa) del dedo anular (incluido el dorso del meñique) 	<ul style="list-style-type: none"> Electromiografía Ecografía Resonancia magnética

		<ul style="list-style-type: none"> • Incapacidad progresiva para separar los dedos. • Pérdida del poder de agarre y destreza. • Atrofia o debilidad de los músculos cubitales intrínsecos de la mano (signo tardío); este síntoma solo puede indicar la disfunción de las raíces nerviosas C8 y T1; este síntoma también puede estar ausente en las anomalías que ocurren a menudo y que incluyen la inervación cruzada de estos músculos por las fibras del nervio mediano y cubital (por ejemplo, anastomosis de Martin - Gruber). • Contractura en garra del 4º y 5º dedo, "postura de bendición" (signo tardío). 		
Antebrazo	Síndrome del pronador	G56.1	<ul style="list-style-type: none"> • Dolor vago en la cara volar del antebrazo, de predominio proximal, con parestesias en el territorio del nervio mediano y hallazgos motores mínimos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Clínico • Electromiografía • Radiografía • Ecografía • Resonancia magnética
Muñeca	Enfermedad de De Quervain	M65.4	<ul style="list-style-type: none"> • Dolor e hinchazón en la tabaquera anatómica. • Dolor que irradia a la mano y el antebrazo. • Dolor empeora con la abducción y/o extensión del pulgar. 	<ul style="list-style-type: none"> • Clínica • Ecografía • Resonancia magnética
	Síndrome del Túnel Carpiano	G56.0	<ul style="list-style-type: none"> • Dolor, entumecimiento, hormigueo y adormecimiento de la cara palmar del pulgar, índice, medio y anular; y en la cara dorsal, el lado cubital del pulgar y los dos tercios distales del índice, medio y anular. 	<ul style="list-style-type: none"> • Clínica • Electromiografía • Ecografía • Resonancia magnética
	Síndrome de Guyon	G56.2	<ul style="list-style-type: none"> • Debilidad en la aducción y abducción de los dedos y en la aducción del pulgar. • Atrofia de la eminencia hipotenar y de los músculos interóseos. • Debilidad de la aproximación o flexión cubital de la muñeca. 	<ul style="list-style-type: none"> • Clínica • Electromiografía • Ecografía • Resonancia magnética



- Parexia de los músculos inervados por el cubital (flexores de los dedos cuarto y quinto, la mayor parte de los músculos intrínsecos de la mano).
- Hipoestesia y parestesias en territorio cubital.
- Mano en garra (afectación extrema).

16.2 TRASTORNOS MUSCULO – ESQUELÉTICOS MIEMBRO SUPERIOR

SEGUNDA PARTE

Hoy, mañana, siempre
Prevenir es trabajo de todos los días

0800 666 6778
www.argentina.gob.ar/srt

 SRTArgentina  @SRTArgentina  Superintendencia de Riesgos del Trabajo  SRTArgentina

Sarmiento 1962 | Ciudad Autónoma de Buenos Aires