

EPICONDILITIS (CODO DE TENISTA)



Es una afección que se manifiesta como dolor en el lado externo (lateral) del brazo, cerca del codo o sobre una prominencia ósea llamada epicondilo.

Está ocasionada por una lesión que ocurre en el tendón segundo radial externo que va desde el codo a la muñeca.

Inicialmente el dolor aparece con actividades de fuerza como levantar cosas, o al agarrar un objeto firmemente, pero si la patología progresa el dolor puede limitar las actividades de la vida diaria o hasta doler en reposo.

¿POR QUÉ SE PRODUCE?

Es una clásica patología por sobreuso, se puede ocasionar por trabajos repetitivos, jardinería, práctica de tenis, golf, alguna actividad que involucre el movimientos de giro repetitivos de la muñeca (destornillador, etc.).

¿CUALES SON LOS SÍNTOMAS?

Se manifiesta por dolor en el codo, que empeora gradualmente y se irradia hacia el antebrazo y dorso de la mano al sujetar o torcer algo, generando también debilidad al levantar objetos. El dolor puede aumentar al extender la muñeca (doblarla hacia atrás como al acelerar una moto) en contra de

resistencia. El diagnóstico es clínico, ya que las radiografías generalmente son normales.

¿CUÁL ES EL TRATAMIENTO?

El tratamiento comienza con medidas tendientes a disminuir el dolor y la inflamación, con reposo, aplicación de frío o calor, inmovilización con férulas o vendajes, y antiinflamatorios, también puede ayudar una infiltración local. Por lo general con el tratamiento incruento es exitoso pero el periodo hasta la remisión de los síntomas puede llevar cerca de un año. La cirugía puede ser necesaria si el dolor persiste a pesar de estos tratamientos no quirúrgicos.