


ANEXO O.23
TERAPIA FÍSICA PARA ESGUINCE DE HOMBRO

	<p align="center">TERAPIA FÍSICA PARA ESGUINCE DE HOMBRO</p> <p align="center">Dirección Médica</p> <p align="center">Código: G DM ST-05</p>	<p>Página 2 / 3 Versión 01 Fecha: 27/04/10</p> <p>Emitido a: Procesos misionales</p>
---	--	--

1. DEFINICION

Desgarro de los ligamentos que unen la clavícula a la articulación que la conecta con el omóplato (separación de hombro o esguince acromioclavicular).

Se clasifican de grado I, II, o III dependiendo de cuánto se separó la clavícula del hombro. Un esguince de grado I duele pero no hay separación. En un esguince de grado II hay una ligera separación de la clavícula, y en un esguince de grado III hay una separación mayor.

2. ETIOLOGIA

La separación del hombro se puede producir por golpe recibido en el hombro o por caída sobre el hombro. Común en deportes de contacto como fútbol americano, rugby, hockey y lacrosse.

También puede resultar de caída sobre un brazo o mano que está estirado o golpe sobre una superficie dura, como por ejemplo durante esquí alpino, voleibol, escala de montañas y fútbol

3. CUADRO CLINICO

Los síntomas son los siguientes

- Dolor severo en el momento en que se produce la lesión
- Movimiento limitado del hombro y dolor en la parte superior del hombro, cerca de la punta de la clavícula
- Hinchazón y hematomas en la región del hombro
- Hombro deformado

4. TRATAMIENTO

Los grados I y II se tratan con vendaje tipo Gildchrist o inmovilizador del hombro hasta cuando desaparezca el dolor o por 3 a 6 semanas según la edad del paciente.

En el grado III está indicada la reparación quirúrgica por artroscopía.


4.1. CONSERVADOR Y/O PREOPERATORIO:

Inmediatamente después de ocurrida la lesión, colocar hielo sobre el hombro durante 20 a 30 minutos. Continúe poniéndose hielo sobre el hombro cada 3 ó 4 horas durante los primeros 2 ó 3 días, y las semanas siguientes si fuera necesario. El frío ayuda a reducir el dolor, la hinchazón y la inflamación.

Después comenzará el tratamiento de fisioterapia:

- Alivio del dolor (Medio físico y masaje sedativo)
- Disminución de la inflamación (crioterapia)
- Ganar AMA articulaciones comprometidas (Estiramiento capsulares anterior y posterior suave y progresiva)
- Ejercicios pendulares
- Fortalecimiento progresivo (Actividad manual)
- Estimulos esteroceptivos

En la mayoría de las separaciones de grado II y III el tratamiento es el mismo. No obstante, en algunos casos habrá que operar para volver a colocar los huesos en su lugar o para reparar los ligamentos desgarrados. Su brazo estará en cabestrillo por hasta 6 semanas para permitir que los ligamentos sanen antes de comenzar el tratamiento de Fisioterapia.

	<p>TERAPIA FÍSICA PARA ESGUINCE DE HOMBRO</p> <p>Dirección Médica</p> <p>Código: G DM ST-05</p>	<p>Página 3 / 3 Versión 01 Fecha: 27/04/10</p> <p>Emitido a: Procesos misionales</p>
---	---	--

4.2. TRATAMIENTO POSTOPERATORIO

Si tiene una lesión grave de grado III debería tener tratamiento quirúrgico, El cual requiere inmovilización posterior por un periodo entre 6-8 semanas, se recomienda durante el periodo de inmovilización: Ejercicios respiratorios movimientos de mano y de los dedos.

Después comenzará el tratamiento de fisioterapia:

- Crioterapia
- Masaje de Drenaje
- Contracciones isométricas grupos musculares de hombro
- Estiramiento suave y progresivo
- Ejercicios pendulares
- Ejercicios de CCC.

Elaboró: Luz Dary Candela Cargo: Fisioterapeuta	Revisó: Pedro González Cargo: Dirección Médica	Revisó: Myriam González Cargo: Dirección General
Fecha elaboración: 26/04/10	Fecha revisión: 27/04/10	Fecha aprobación: 27/04/10