

## INFORMACIÓN PARA PACIENTES

# Hombro Congelado



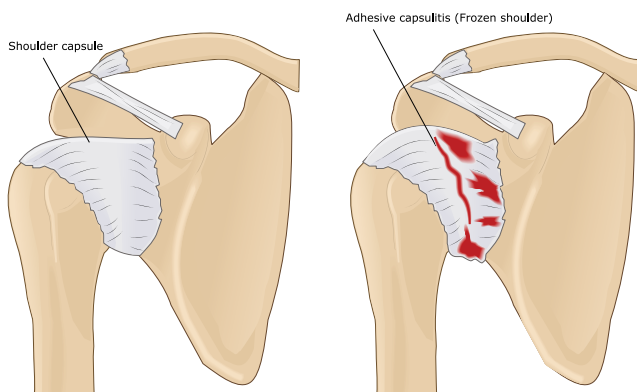
American Society  
of Hand Therapists®

**“Trabajar con un terapeuta experto en mano puede marcar la diferencia entre el éxito y el fracaso en casos complejos de cirugía de la mano. El terapeuta extiende la continuidad de nuestra atención, además de actuar como asesor y entrenador para nuestros pacientes.”**

MARYBETH EZAKI, MD, EX PRESIDENTE, AMERICAN SOCIETY FOR SURGERY OF THE HAND

### ¿Qué es el hombro congelado?

El hombro congelado es el acortamiento, engrosamiento e inflamación crónica de los tejidos blandos alrededor de la articulación del hombro, lo cual puede ocasionar dolor y pérdida del movimiento. Se ha llamado capsulitis adhesiva y más recientemente síndrome de hombro congelado.



Vista frontal del hombro derecho

### ¿Cuáles son las causas del hombro congelado?

El hombro congelado puede estar asociado con una lesión, como por ejemplo un brazo roto y la inactividad que sigue después de la lesión. A veces el hombro congelado se puede desarrollar sin ninguna causa conocida.

### ¿Cuáles son los síntomas del hombro congelado?

Los síntomas del hombro congelado son dolor y pérdida del movimiento de la articulación del hombro. Levantar, alcanzar un objeto y actividades diarias como ponerse una camisa pueden ser difíciles, y el dolor puede empeorar en la noche. Hay tres etapas del hombro congelado. En la etapa temprana el dolor es mayor que la rigidez y se conoce como “etapa de congelación”. La etapa en la que la rigidez es más grande que el dolor, se conoce como “etapa congelada”. La etapa de “descongelación” ocurre cuando el dolor ha disminuido y el rango de movimiento

del hombro empieza a mejorar. Si no se trata, el dolor y la rigidez de un hombro congelado puede durar varios años.

### ¿Cuál es el tratamiento para el hombro congelado?

El término hombro congelado indica que el dolor en el hombro y la rigidez se “descongelarán” eventualmente por sí solos sin necesidad de terapia; sin embargo, con tratamiento, el movimiento del hombro puede retornar mucho más rápido.

El tratamiento no quirúrgico del hombro congelado puede incluir terapia para ayudar con el movimiento y el dolor, medicamentos para reducir la inflamación y controlar el dolor o una inyección de cortisona. El tratamiento quirúrgico es una opción que su médico puede recomendar si el dolor y el movimiento no mejoran.

### ¿Qué puede hacer un terapeuta de mano por mí?

El terapeuta de mano tiene un entrenamiento especializado para asistir en la reducción del dolor articular y para mejorar el movimiento y la función del hombro. La condición de cada paciente es única y requerirá una evaluación exhaustiva para determinar el mejor enfoque de tratamiento. El médico, el terapeuta de mano y el paciente, trabajan juntos como un equipo para alcanzar los mejores resultados posibles para el individuo con un hombro congelado.



Para encontrar un Terapeuta de mano en su área visite  
la American Society of Hand Therapists en [www.asht.org](http://www.asht.org) o llame al 856-380-6856.