

## INFORMACIÓN PARA PACIENTES

# Quiste Ganglionar

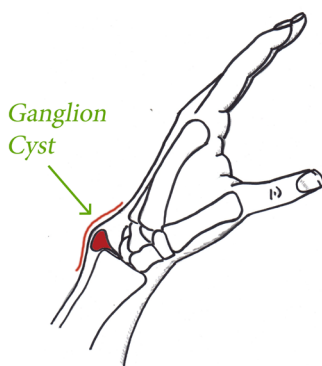


American Society  
of Hand Therapists®

**“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 un quiste ganglionar?



*Muñeca con un quiste ganglionar notorio*

Un quiste ganglionar es un abultamiento lleno de líquido, firme o esponjoso que se origina del recubrimiento de la articulación. Crece comúnmente en la parte de atrás o delante de la muñeca o en la base de uno de los dedos. Un quiste ganglionar puede ser tan pequeño como un guisante o hasta del tamaño de la pepa de un durazno. Es frecuente que cambie de tamaño dependiendo de cuánto se mueve la articulación durante el día. En el pasado se solía llamar al quiste “el bulto de la biblia” porque el tratamiento algunas veces consistía en usar un libro pesado para aplastarlo.

### ¿Cuáles son los síntomas de un quiste ganglionar?

El quiste ganglionar usualmente aparece como un abultamiento que cambia de tamaño. El quiste puede aparecer a

través del tiempo o de repente. Puede disminuir de tamaño y aún desaparecer y luego regresar de nuevo. Un quiste ganglionar pequeño no suele ser doloroso; sin embargo, en la medida en que se hace más grande, puede presionar

otros tejidos blandos y causar dolor. El quiste ganglionar en la muñeca, sobresale cuando se dobla la muñeca. Frecuentemente, el dolor aumenta cuando se usa la muñeca para levantarse de una superficie, como cuando se hacen flexiones de pecho o al levantarse de una silla.

### ¿Cuáles son las causas de un quiste ganglionar?

La causa exacta del quiste ganglionar es desconocida, pero puede deberse a un trauma o daño por un uso repetitivo. Otra explicación incluye una irritación en la articulación o en el tendón que permite que el tejido articular y el líquido articular se abomben y formen un quiste.

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

El terapeuta de mano lo ayudará a determinar cuáles actividades debe evitar. También le puede fabricar una férula a la medida, para limitar la movilidad de la articulación. Si se realiza cirugía para remover el quiste, el tratamiento incluirá ejercicios para restablecer el rango de movimiento, la fuerza y la función de la mano. Se pueden utilizar otros tratamientos para ayudar a manejar el dolor y la cicatriz.



*Las poses de yoga pueden ser dolorosas cuando el quiste ganglionar está en la muñeca*



*Férula hecha a la medida para limitar el movimiento en una muñeca con un quiste ganglionar*

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.