

Hombro doloroso inestable: ¿Qué duele y por qué duele?

Dr. R. Arriaza

- La llamada “inestabilidad menor del hombro”, se denomina también inestabilidad oculta e inestabilidad sutil
- Se refiere al hombro doloroso, inestable, pero sin historia o episodios definidos de subluxación o luxación franca

Patte D,. [Unstable painful shoulders (author’s transl)]. Rev Chir Orthop Reparatrice Appar Mot 1980

Garth WP, (1987) Occult anterior subluxations of the shoulder in noncontact sports. Am J Sports Med 15

Boileau P. Painful shoulder: the only sign of unrecognized instability accidents. Rev Chir Orthop Reparatrice Appar Mot 2000

Savoie FH. Straight anterior instability: Lesions of the middle glenohumeral ligament. Arthroscopy Mar 2001

Desde un punto de vista clínico, la inestabilidad del hombro puede ir desde:

- Luxación
- Subluxación
- **Dolor en el hombro tras un episodio no detectado de inestabilidad: el paciente no tiene sensación de inestabilidad ni refiere episodios que sugieran luxaciones. El dolor es el único síntoma, y suele aumentar durante las actividades de lanzamiento o con la mano por encima de la cabeza**

Walch, G. European Intr. Course Lectures, 1995

Table I. Classification of instability

Dislocation
Subluxation
Painful shoulder after occult episodes of instability
Anterior or posterior
Acute, recurrent or chronic
Traumatic or atraumatic
Voluntary or involuntary
With or without inferior hyperlaxity

- Definido por Patte y Bernageau en 1988, como un cuadro de dolor sin episodios de inestabilidad, pero con maniobra provocativa en 90º de Abd, Rext y retropulsión que los pacientes –casi todos deportistas de lanzamiento o raqueta- identifican como “su dolor”, aunque otras maniobras de sobrecarga de MR puedan ser positivas
- Se ha relacionado (Warren 1983, Rowe 1988, Neer 1990) con la distensión progresiva de los ligamentos anteriores del hombro, favoreciendo la subluxación de la cabeza; Jobe (1990) postuló la idea de que la elongación de las estructuras anteriores lleva a un conflicto con el arco coracoacromial en un efecto de “rocking horse”

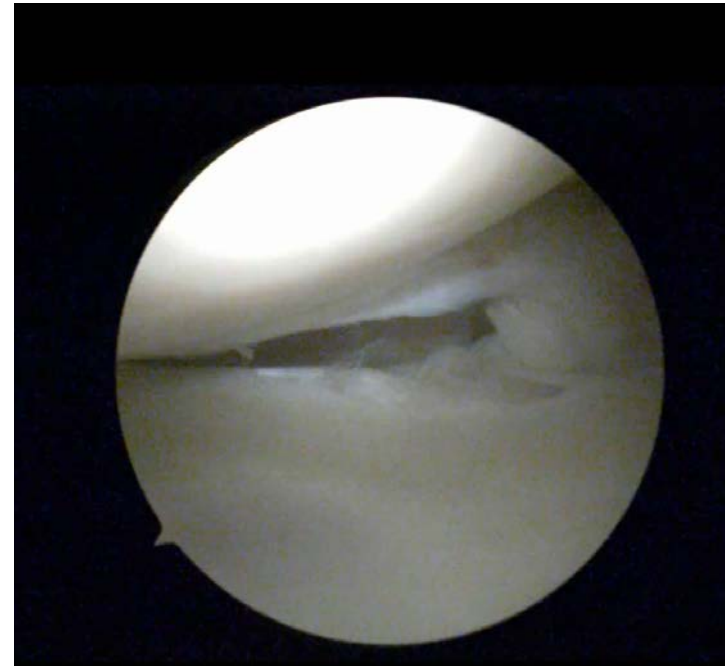


- La hiperlaxitud no necesariamente se traduce en un hombro doloroso inestable



Y... ¿qué es lo que duele?

- La incapacidad para mantener la relación adecuada entre los dos hueso adyacentes que forman la articulación bajo fuerzas fisiológicas normales pone presión excesiva en las estructuras intraarticulares y tensión excesiva en las estructuras periarticulares, lo que lleva a la degeneración articular, el daño de las partes blandas y por esa vía, a la aparición del dolor



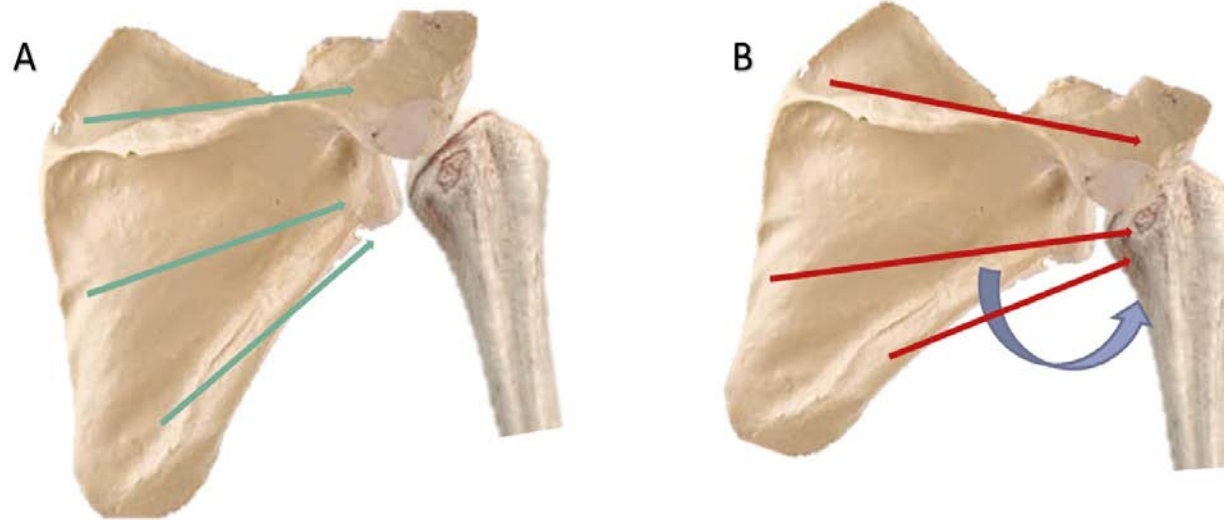
- Se ha señalado (Buss DD, 2009) que la inestabilidad del hombro podría causar un “síndrome de conflicto subacromial atípico”, que se originaría por una disquinesia escapular, contracturas de la cápsula posterior o la llamada “inestabilidad oculta del hombro”
- Sabemos que una reducción del 20% de la energía generada por los MMII y el tronco en un gesto de lanzamiento exige un incremento de fuerza en la musculatura del hombro o un aumento del 34% en la velocidad de rotación del hombro para generar la misma fuerza resultante en la mano (Ellenbecker TS, 1999)

- En pacientes con una inestabilidad oculta del hombro, el dolor de origen subacromial se debe probablemente a la disfunción del MR, lo que causa la fatiga muscular y en respuesta, aumenta el conflicto dinámico del espacio subacromial, generando un verdadero círculo vicioso: la falta de eficacia de la musculatura estabilizadora del MR permite el ascenso y desplazamiento anterior de la cabeza humeral, agravando ún más el conflicto



- **La teoría actual de que el dolor se origina en un “conflicto interno anterior” sugiere que tras un accidente inicial o la distensión progresiva de las estructuras estabilizadoras, aparece una inestabilidad oculta o microinestabilidad, con pérdida de control escapular, lo que además generaría una tensión excesiva sobre la PLB y el labrum superior (Shah SR, 2017)**
- **En un conflicto interno anterior, la zona de contacto mecánico se sitúa, cuando el brazo está elevado más de 90º y en RI (Gerber, 2000) entre la PLB y la región de la polea, con la zona más superior del labrum; si la elevación del brazo es menor, el conflicto ocurre entre la inserción del subescapular y el margen anterior de la glenoides y el labrum**

- **Por otra parte, las lesiones del labrum superior provocan un aumento del desplazamiento anterior de la cabeza humeral, y un aumento de tensión en la PLB como estabilizadora en gestos de ABD-RE (Patzner T, Habermeyer P, 2011)**
- **La disquinesia escapular genera tensiones anómalas sobre estructuras téndino-musculares y nerviosas que pueden también originar dolor**



- Es una patología que no afecta únicamente a deportistas, y que puede representar un reto diagnóstico, porque la exploración y los síntomas de inestabilidad poco clara y de conflicto subacromial suelen presentarse conjuntamente
- En muchas ocasiones, la exploración artroscópica es la que aclara la patología



www.arriaza.es



ISAKOS Teaching Center
ESSKA Teaching Center
AEA Centro de Formación
SETRADE Centro de Formación