



DISEASES & CONDITIONS

Desgarres del manguito rotador (Rotator Cuff Tears)

Tenga en cuenta que, debido a la pandemia de la COVID-19, muchos hospitales y sistemas de salud solicitan que los pacientes posterguen sus procedimientos ortopédicos programados. Para obtener más información, consulte [Qué hacer si se pospone su cirugía ortopédica](#)

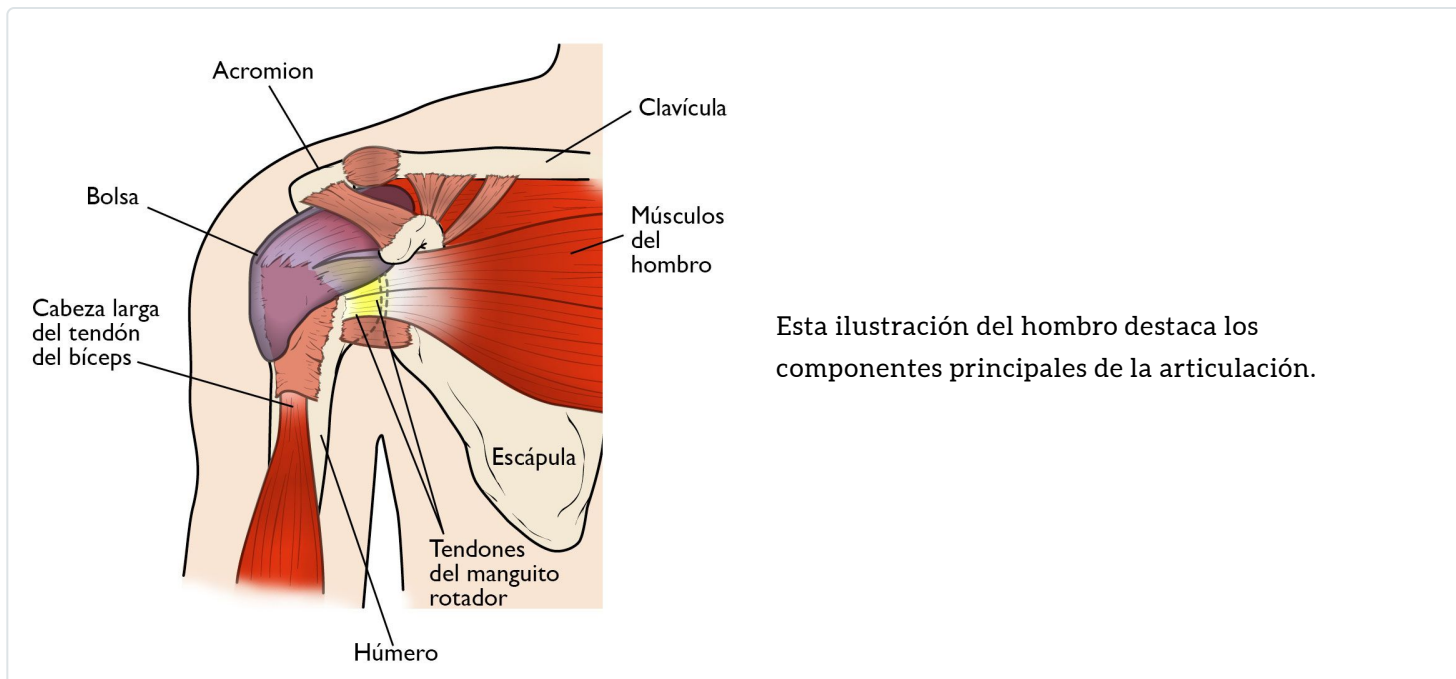
[\(/es/treatment/que-hacer-si-se-pospone-su-cirugia-ortopedica-what-to-do-if-your-orthopaedic-surgery-is-postponed/\)](/es/treatment/que-hacer-si-se-pospone-su-cirugia-ortopedica-what-to-do-if-your-orthopaedic-surgery-is-postponed/)

Un desgarre del manguito rotador es una causa frecuente de dolor y discapacidad en adultos. Todos los años, casi 2 millones de personas en los Estados Unidos consultan al médico debido a un problema con el manguito rotador.

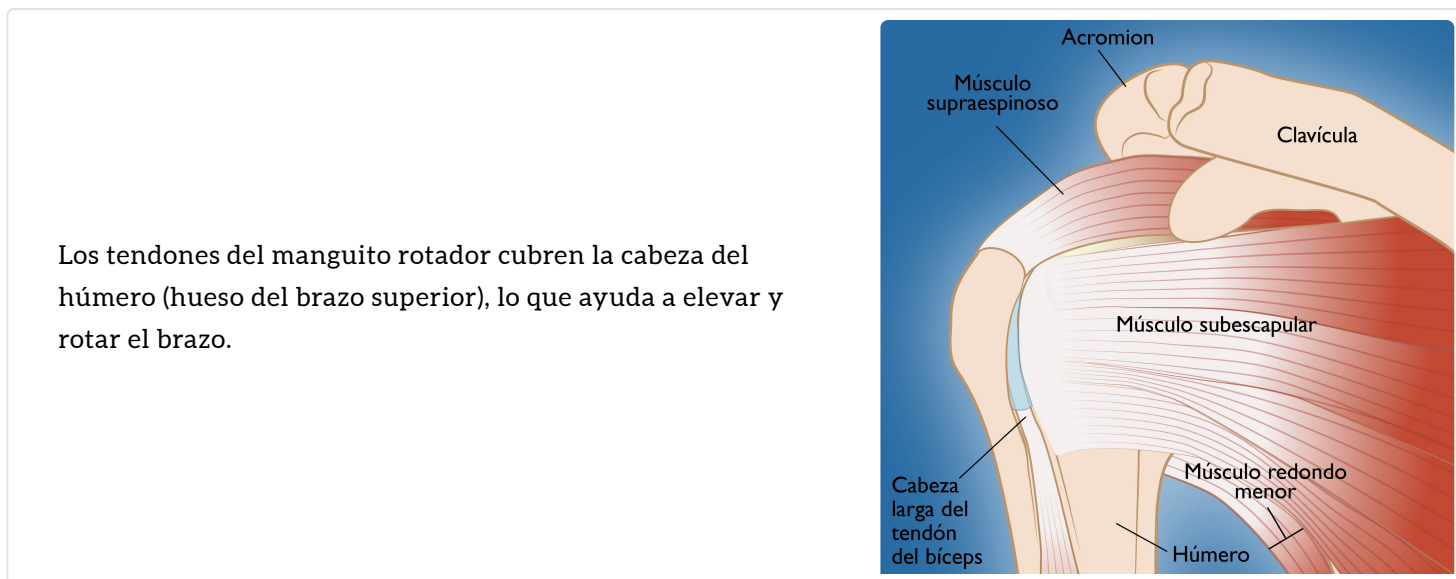
Un manguito rotador desgarrado debilita al hombro. Esto significa que muchas de las actividades diarias, como peinarse el cabello o vestirse, se pueden tornar dolorosas y difíciles de hacer.

Anatomía

El hombro está compuesto por tres huesos: el hueso del brazo superior (húmero), el omóplato (escápula) y la clavícula. El hombro es una articulación de bola y cavidad: la bola (o cabeza) del hueso del brazo superior encaja dentro de una cavidad hueca del omóplato.



El brazo se mantiene en la cavidad del hombro gracias al manguito rotador. El manguito rotador es un grupo de cuatro músculos que se unen y junto con los tendones forman una cubierta alrededor de la cabeza del húmero. El manguito rotador une el húmero con el omóplato y ayuda a elevar y rotar el brazo.



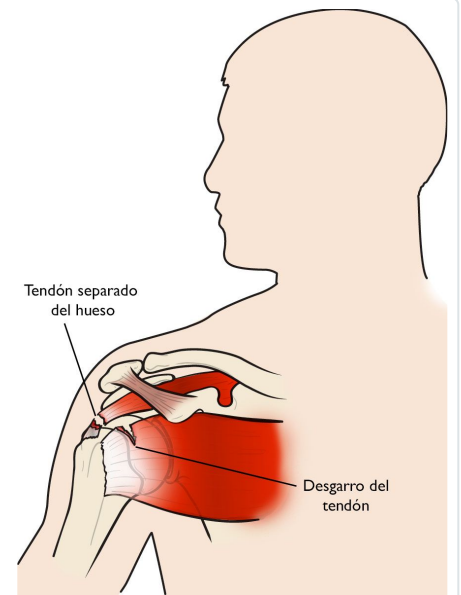
Hay un saco de líquido lubricante llamado bolsa (o bursa) entre el manguito rotador y el hueso de la parte superior del hombro (acromion). La bolsa (bursa) permite que los tendones del manguito rotador se deslicen con libertad cuando mueve el brazo. Cuando los tendones del manguito rotador se lesionan o dañan, esta bolsa también puede inflamarse y causar dolor.

Descripción

Cuando se desgarra uno o más de los tendones del manguito rotador, el tendón ya no se adhiere completamente a la cabeza del húmero.

La mayoría de los desgarres ocurren en el tendón supraespinoso, pero pueden verse afectadas otras partes del manguito rotador.

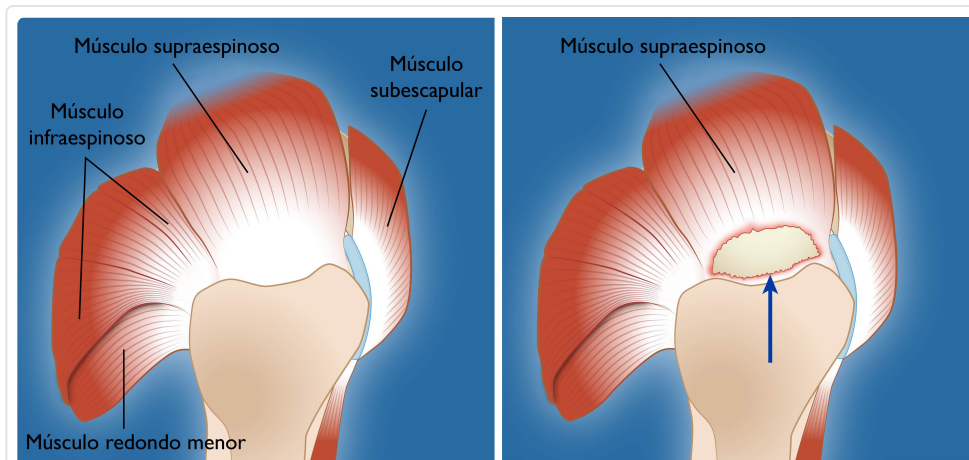
En la mayoría de los desgarres del manguito rotador, el tendón se separa del hueso.



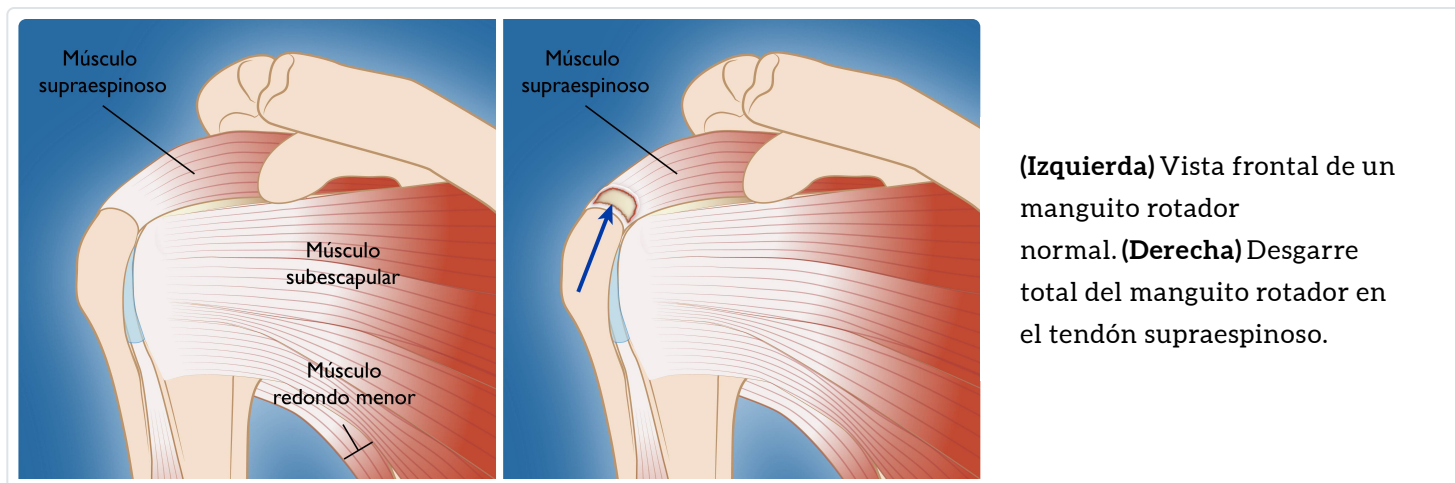
En muchos casos, los tendones desgarrados comienzan a deshilacharse. A medida que avanza el daño, el tendón se puede desgarrar por completo, en ocasiones al levantar un objeto pesado.

Existen distintos tipos de desgarres.

- **Desgarre parcial.** Este tipo de desgarre también se llama desgarre incompleto. Daña el tendón, pero no lo corta por completo.
- **Desgarre total del manguito rotador.** Este tipo de desgarre también se llama desgarre completo. Separa todo el tendón del hueso. Con un desgarre total del manguito rotador, básicamente hay un orificio en el tendón.



(Izquierda) Vista superior de los cuatro tendones que conforman el manguito rotador. **(Derecha)** Desgarre total del manguito rotador en el tendón supraespinoso.



Causa

Existen dos causas principales de los desgarres del manguito rotador: lesión y degeneración.

Desgarre grave

Si se cae sobre el brazo estirado o levanta algo demasiado pesado con un movimiento repentino, se puede desgarrar el manguito rotador. Este tipo de desgarre puede ocurrir con otras lesiones del hombro, como la fractura de clavícula o el hombro dislocado.

Desgarre degenerativo

La mayoría de los desgarres son el resultado del desgaste del tendón que se produce lentamente con el transcurso del tiempo. Esta degeneración ocurre de forma natural a medida que envejecemos. Los desgarres del manguito rotador son más frecuentes en el brazo dominante. Si tiene un desgarre degenerativo en uno de los hombros, existe una mayor probabilidad de que tenga un desgarre del manguito rotador en el hombro opuesto, aunque no tenga dolor en ese hombro.

Diversos factores contribuyen a que se produzcan desgarres degenerativos o crónicos del manguito rotador.

- **Tensión repetitiva.** Repetir los mismos movimientos del hombro una y otra vez puede tensionar los músculos y los tendones del manguito rotador. El béisbol, el tenis, el remo y el levantamiento de pesas son ejemplos de actividades deportivas que lo pueden poner en riesgo de sufrir desgarres por uso excesivo. Muchos trabajos y muchas tareas de rutina también pueden causar desgarres por uso excesivo.
- **Falta de irrigación sanguínea.** A medida que envejecemos, disminuye la irrigación sanguínea en el manguito rotador. Sin una irrigación sanguínea adecuada, se deteriora la capacidad natural del cuerpo para reparar el daño del tendón. En última instancia, esto puede producir el desgarre de un tendón.
- **Espolones óseos.** A medida que envejecemos, a menudo se desarrollan espolones óseos (crecimiento excesivo del hueso) en la cara inferior del hueso acromion. Cuando levantamos los brazos, los espolones

rozan contra el tendón del manguito rotador. Esta afección se llama pinzamiento del hombro y, con el transcurso del tiempo, debilita el tendón y facilita el desgarre.

Factores de riesgo

Debido a que la mayoría de los desgarres del manguito rotador están causados por el uso y el desgaste normales que ocurren con el envejecimiento, las personas de más de 40 años tienen más riesgo.

Las personas que hacen actividades repetitivas de levantamiento o sobre la altura de la cabeza también tienen riesgo de padecer desgarres del manguito rotador. En especial, los atletas son vulnerables a los desgarres por uso excesivo, particularmente los jugadores de tenis y los lanzadores de béisbol. Los pintores, los carpinteros y las personas que realizan trabajos sobre la altura de la cabeza también tienen más probabilidades de padecer desgarres.

Aunque los desgarres por uso excesivo causados por actividades deportivas o trabajos sobre la altura de la cabeza también se presentan en personas más jóvenes, la mayoría de los desgarres en adultos jóvenes están causados por una lesión traumática, como una caída.

Síntomas

Los síntomas más comunes del desgarre del manguito rotador incluyen los siguientes:

- dolor durante el descanso y por la noche, en particular, si se recuesta sobre el hombro afectado;
- dolor cuando levanta o baja el brazo, o con movimientos específicos;
- debilidad cuando levanta o rota el brazo;
- sensación de crepitación o chasquido cuando mueve el hombro en determinadas posiciones.

Los desgarres que ocurren de manera repentina, como por ejemplo, debido a una caída, por lo general, causan un dolor intenso. Puede haber una sensación de chasquido y debilidad inmediata en el brazo superior.

Los desgarres que se desarrollan lentamente debido al uso excesivo, causan dolor y debilidad del brazo. Puede tener dolor en el hombro cuando levanta el brazo o dolor que lo hace mover el brazo hacia abajo. Al principio, el dolor puede ser moderado y solo presentarse cuando levanta el brazo sobre la altura de la cabeza, como cuando quiere tomar algo de la alacena. Los medicamentos de venta libre, como la aspirina o el ibuprofeno, pueden aliviar el dolor al principio.

Con el transcurso del tiempo, el dolor puede volverse más perceptible durante el descanso y no desaparecer con los medicamentos. Puede tener dolor cuando se recuesta sobre el costado afectado durante la noche. El dolor y la debilidad en el hombro pueden dificultar las actividades cotidianas, como peinarse el cabello o rascarse la espalda.

Cabe mencionar que algunos desgarres del manguito rotador no son dolorosos. Sin embargo, estos desgarres también pueden causar debilidad del brazo y otros síntomas.

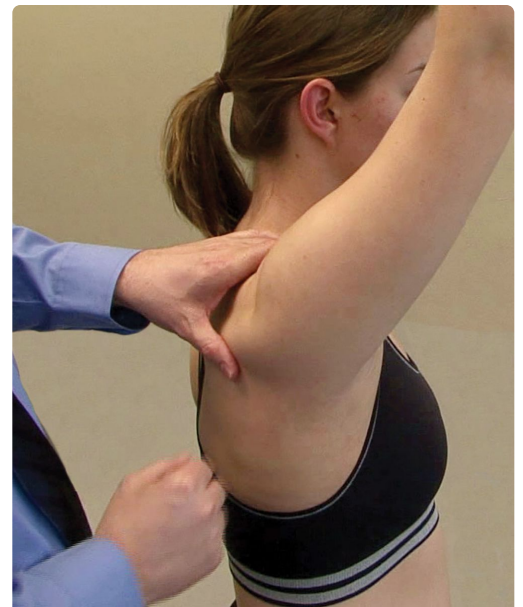
Examen del médico

Historia clínica y examen físico

Después de hablar acerca de los síntomas y la historia clínica, el médico le examinará el hombro. Lo revisará para ver si tiene sensibilidad en la zona o si existe una deformidad. Para medir el rango de movimiento del hombro, el médico le pedirá que mueva el brazo en distintas direcciones. También evaluará la fuerza del brazo.

El médico le pedirá que mueva el brazo en distintas direcciones para evaluar el rango de movimiento.

Reproducido de JF Sarwark, ed.: Essentials of Musculoskeletal Care, ed 4. Rosemont, IL, American Academy of Orthopaedic Surgeons, 2010.



El médico comprobará que no tenga otros problemas en la articulación del hombro. También puede examinarle el cuello para asegurarse de que el dolor no provenga de un “nervio pinzado” y para descartar otras afecciones, como la artritis.

Pruebas por imágenes

Otras pruebas que pueden ayudar al médico a confirmar el diagnóstico incluyen las siguientes:

- **Radiografías.** Por lo general, las primeras pruebas por imágenes que se realizan son las radiografías. Debido a que las radiografías no muestran los tejidos blandos del hombro, como el manguito rotador, las radiografías simples de un hombro con dolor del manguito rotador, por lo general, son normales y pueden mostrar un pequeño espolón óseo.
- **Imagen por resonancia magnética (IRM) o ecografía.** Estos estudios pueden mostrar mejor los tejidos blandos, como los tendones del manguito rotador. Pueden mostrar el desgarre del manguito rotador, así como dónde está ubicado el desgarre, dentro del tendón, y el tamaño del desgarre. Una IRM también

puede brindarle al médico una mejor noción de cuán “antiguo” o “nuevo” es un desgarre, debido a que puede mostrar la calidad de los músculos del manguito rotador.

Tratamiento

Si tiene un desgarre del manguito rotador y lo continúa usando a pesar de que el dolor es cada vez más intenso, puede provocar un daño mayor. Un desgarre del manguito rotador se puede agrandar con el transcurso del tiempo.

El dolor crónico en el hombro y el brazo es un buen motivo para consultar al médico. El tratamiento temprano puede prevenir que empeoren los síntomas. También le permitirá volver a la rutina normal mucho más rápido.

El objetivo de todo tratamiento es disminuir el dolor y restaurar la función. Existen diversas opciones de tratamiento para el desgarre del manguito rotador, y la mejor opción varía según cada persona. Al planificar su tratamiento, el médico tendrá en cuenta la edad, el nivel de actividad, la salud general y el tipo de desgarre que tiene.

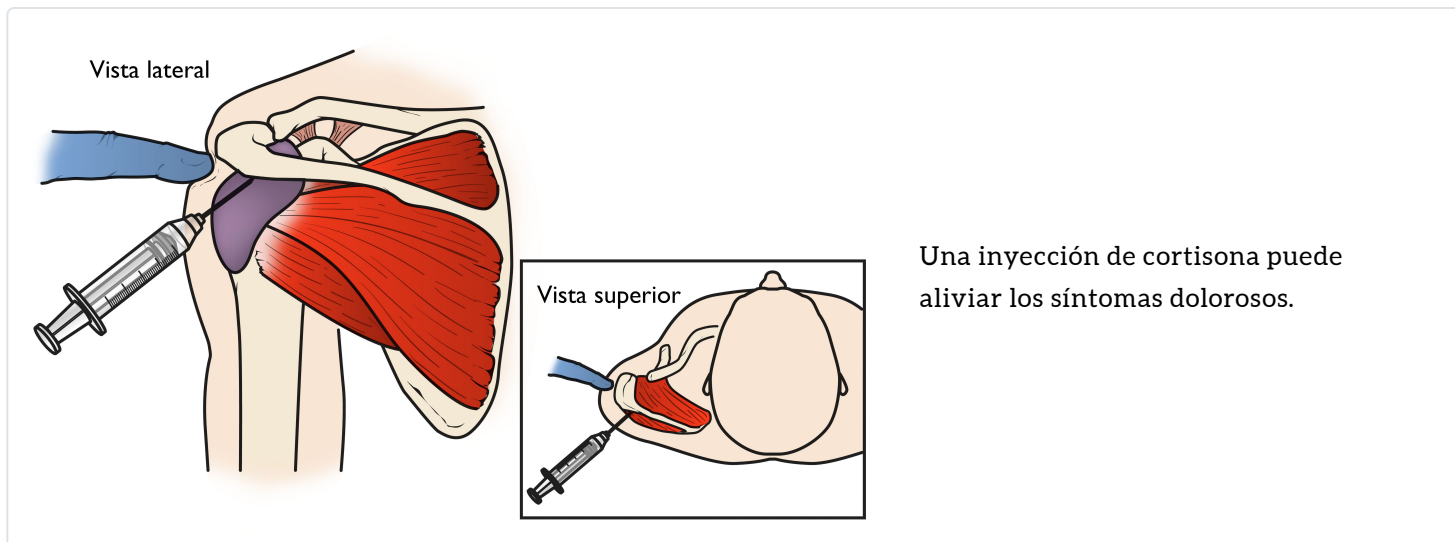
No existe evidencia de que los resultados sean mejores con una cirugía realizada cerca del momento de la lesión en comparación con una cirugía posterior. Por este motivo, los médicos primero recomiendan tratar los desgarres del manguito rotador con terapia física y otros tratamientos no quirúrgicos.

Tratamiento no quirúrgico

En aproximadamente el 80% de los pacientes, el tratamiento no quirúrgico alivia el dolor y mejora la función del hombro.

Las opciones de tratamiento no quirúrgico pueden incluir las siguientes:

- **Descanso.** El médico puede sugerirle que descanse y limite los movimientos sobre la altura de la cabeza. También le puede recetar un cabestrillo para ayudarlo a proteger el hombro y mantenerlo inmóvil.
- **Modificación de la actividad.** Evite las actividades que causan dolor en el hombro.
- **Medicamentos antiinflamatorios no esteroideos.** Los medicamentos como el ibuprofeno y el naproxeno disminuyen el dolor y la inflamación.
- **Ejercicios de fortalecimiento y terapia física.** Los ejercicios específicos restaurarán el movimiento y fortalecerán el hombro. El programa de ejercicios incluirá estiramientos para mejorar la flexibilidad y el rango de movimiento. El fortalecimiento de los músculos que sostienen el hombro puede aliviar el dolor e impedir una lesión en el futuro.
- **Inyección de esteroides.** Si el descanso, los medicamentos y la terapia física no alivian el dolor, pueden ser útiles una inyección de anestesia local y una preparación de cortisona. La cortisona es un medicamento antiinflamatorio muy eficaz. Sin embargo, no es eficaz para todos los pacientes.



La principal ventaja del tratamiento no quirúrgico es que evita los riesgos mayores de la cirugía, como por ejemplo:

- infección;
- rigidez permanente;
- complicaciones de la anestesia;
- el tiempo de recuperación que, a veces, es prolongado.

Las desventajas del tratamiento no quirúrgico son las siguientes:

- el tamaño del desgarre puede aumentar con el transcurso del tiempo;
- las actividades se pueden ver limitadas.

Tratamiento quirúrgico

El médico puede recomendarle cirugía si el dolor no se alivia con métodos no quirúrgicos. El dolor continuo es la principal indicación para una cirugía. Si es muy activo y usa los brazos sobre la altura de la cabeza o hace deportes, el médico también puede recomendarle la cirugía.

Otros signos de que la cirugía puede ser una buena opción para su caso son los siguientes:

- los síntomas han durado de 6 a 12 meses;
- tiene un desgarre grande (más de 3 cm) y la calidad del tejido circundante es buena;
- tiene debilidad y pérdida de la función significativas en el hombro;
- una lesión reciente y grave causó el desgarre.

En la mayoría de los casos, la cirugía para reparar un manguito rotador implica volver a unir el tendón a la cabeza del húmero (hueso del brazo superior). Existen algunas pocas opciones para reparar los desgarres del manguito rotador. El cirujano ortopédico hablará con usted acerca del mejor procedimiento para satisfacer sus necesidades de salud particulares.

Last Reviewed

septiembre 2019

Contributed and/or Updated by[George S. Athwal, MD](#)[April D. Armstrong, MD, FAAOS](#)**Peer-Reviewed by**[Ramon L. Jimenez, MD, FAAOS](#)[Stuart J. Fischer, MD, FAAOS](#)

AAOS does not endorse any treatments, procedures, products, or physicians referenced herein. This information is provided as an educational service and is not intended to serve as medical advice. Anyone seeking specific orthopaedic advice or assistance should consult his or her orthopaedic surgeon, or locate one in your area through the AAOS [Find an Orthopaedist](#) program on this website.