

# ¿Qué es un esguince de la articulación acromioclavicular?

La articulación acromioclavicular (AC) es el punto de unión entre el omóplato (escápula) y la clavícula. El punto más alto del omóplato se llama acromion. Hay tejidos resistentes llamados ligamentos que conectan el acromion con la clavícula: eso forma la articulación AC.

Un esguince de esa articulación se produce cuando una lesión daña los ligamentos de la articulación.



## ¿Cuáles son las causas del esguince de la articulación AC?

Con frecuencia, un accidente o una lesión hacen que la articulación AC se separe. Esto puede incluir lo siguiente:

- Caer sobre el hombro
- Caer sobre una mano abierta
- Recibir un golpe directo sobre el hombro

## Síntomas de un esguince de la articulación AC

Los síntomas pueden variar según la gravedad de la lesión. Entre ellos, se encuentran los siguientes:

- Dolor en el hombro
- Hombro con dolor al tacto
- Hinchazón

- Moretones
- Cambio en la forma del hombro
- Bulto por encima del hombro
- Hombro que parece caerse
- Clavícula que se mueve hacia arriba
- Movimiento limitado del hombro

## Tratamiento de un esguince de la articulación AC

El tratamiento dependerá de la gravedad del esguince. También dependerá de si hay otras partes del hombro dañadas. El tratamiento puede incluir lo siguiente:

- **Reposo.** Esto permite que el hombro se recupere. Debería evitar actividades que impliquen esfuerzo para la articulación. Por ejemplo, alzar el brazo por encima de la cabeza o dormir apoyado sobre su hombro.
- **Cabestrillo.** Protege el hombro y mantiene la articulación en una buena posición durante su recuperación.
- **Compresas frías.** Reducen la hinchazón y alivian el dolor.
- **Medicamentos recetados o de venta libre.** Alivian el dolor y la hinchazón.
- **Ejercicios para el brazo y el hombro.** Ayudan a mantener la movilidad de la articulación del hombro mientras se recupera. También mejoran la fuerza muscular alrededor de la articulación.

## Cuándo llamar al proveedor de atención médica

Llame al proveedor de atención médica de inmediato si tiene alguno de estos síntomas:

- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o superior, o según le indique el proveedor
- Escalofríos
- Síntomas que no mejoran ni empeoran
- Síntomas nuevos