

## Esguince de la muñeca



### Descripción general

Cuando su muñeca se dobla más allá de su rango natural de movimiento, esto puede dañar las bandas de tejido llamadas "ligamentos". Los ligamentos conectan los huesos de su mano entre sí. También conectan los huesos de su mano a los huesos de su antebrazo.

### Causas

Usted puede torcerse la muñeca al tratar de detener una caída. Su mano se dobla demasiado hacia atrás. Esto lastima sus ligamentos. La mayoría de los esguinces de la muñeca involucran al ligamento escafolunar.

### Síntomas

Un esguince de muñeca puede causar dolor e hinchazón. Es posible que aparezcan moretones en su piel. Es posible que su muñeca chasquee al moverla.

### Tratamiento

Un esguince leve puede mejorar con descanso y hielo. Vendarla y mantenerla levantada puede ayudar. Un esguince moderado puede requerir una férula. Un esguince severo puede requerir cirugía. Su proveedor de salud puede crear un plan de cuidados que sea el adecuado para sus necesidades.

