Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Ha aparecido un bulto blando en la muñeca ¿qué hago?

¿Qué es un ganglión?

Un ganglión es un saco de líquido que se forma sobre una articulación o un tendón.

Pueden aparecer a cualquier edad. Son más frecuentes entre los 20-40 años.

El sitio más frecuente es la muñeca (70%), los dedos de la mano o el empeine del pie. Otros sitios menos frecuentes son la rodilla, hombro o espalda.

¿Es igual el ganglión de un niño que el de un adulto?

Son iguales en apariencia y forma, pero no en comportamiento.

Los gangliones son menos frecuentes en los niños.

En menores de 10 años suelen darse en la parte de la muñeca que sigue a la palma de la mano (cara ventral). En mayores de 10 años en la zona opuesta (cara dorsal), al igual que en el adulto.

La mayoría de los niños no tiene dolor. En muy pocos casos se afecta la movilidad de la muñeca.

En niños, la evolución habitual es hacia la resolución espontánea en casi todos los casos. Pero, es más frecuente que vuelva a salir tras el tratamiento que en el adulto.

¿Por qué se producen?

No se sabe. Tal vez puede estar relacionado con la degeneración de las estructuras que rodean la articulación. Solo un 10% de los casos tiene que ver con un traumatismo.

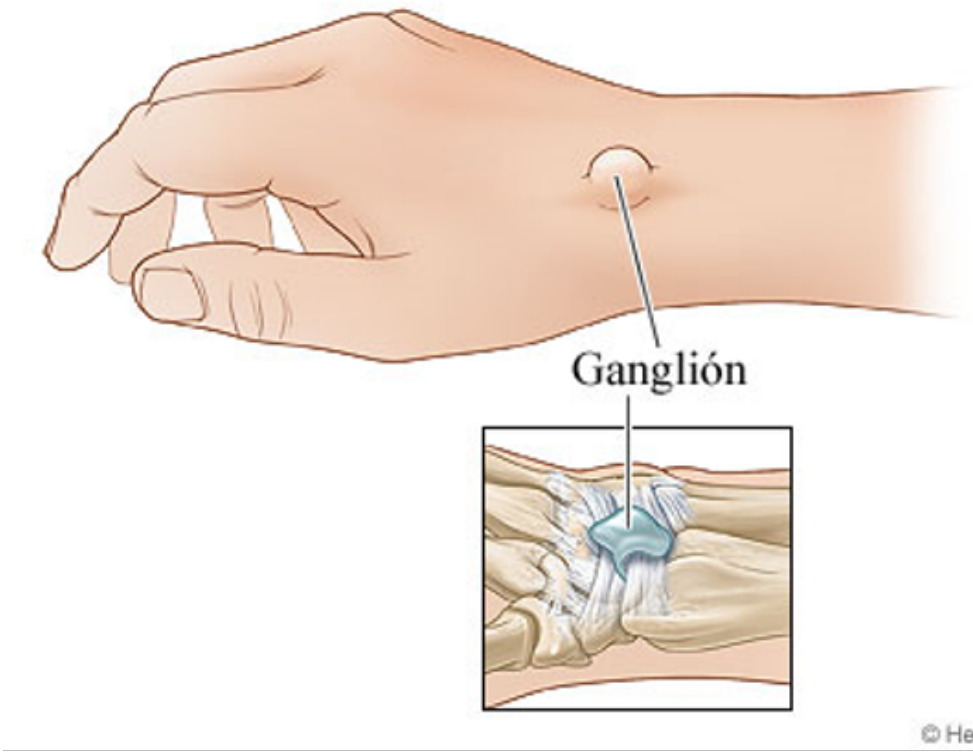


FIGURA 1.- GANGLIÓN EN DORSO DE LA MANO
Ganglión y la imagen que se vería a través de la piel.

¿Qué síntomas produce?
Pueden ser varios.
• La mayor parte de las veces solo se ve un bulto a nivel de la muñeca.
• Es raro que presione los nervios que pasan por la muñeca, por eso casi nunca les duele ni afecta a la movilidad.
• Puede cambiar de tamaño a lo largo del tiempo.

¿Hay que hacer alguna prueba para el diagnóstico?

Suele bastar con la exploración física: visión y palpación de la lesión.

Para estar seguro de que el contenido es líquido, a veces se aplica una fuente de luz. Se mira si la luz traspasa la lesión, que es lo que pasa en el ganglión.

Si hay dudas se puede pedir una ecografía para confirmarlo. No suele hacer falta otro tipo de prueba.

¿Cómo se trata?

Los gangliones desaparecen con el tiempo en el 80% de los niños (en el adulto solo en un 50%). Por ello, dado que es una lesión benigna, que en los niños no da síntomas, tienen mayor riesgo de recurrencias cuando se operan y hay más complicaciones en la cirugía, el mejor tratamiento es no hacer nada y vigilar.

Los estudios muestran que en la infancia los gangliones desaparecen en un tiempo medio de 9 meses. Por ello, se suele esperar hasta 1 año sin tratar.

- La inmovilización de la muñeca no ayuda a que la lesión desaparezca y debilita la musculatura. Esto puede dar lugar a otras lesiones, como esguinces. Por tanto, no se aconseja salvo que sea de forma puntual.

- Si el ganglión da dolor y/o se afecta la movilidad de la muñeca, se indicaría la cirugía. En adultos, una opción de tratamiento es el aspirado del líquido que forma el ganglión. Pero tiene malos resultados en niños. Tiene un

80-50% de recaídas y por ello no se aconseja.

La cirugía solo se hace en niños en los que el ganglión persiste después de 12 meses, produce dolor o debilidad muscular o tiene un tamaño mayor de 2 cm (porque es más raro que desaparezcan de forma espontánea).

- Suele ser muy eficaz, pero en un 20-40-% de los casos se vuelve a reproducir.
- La cirugía en el niño tiene más riesgo de complicaciones.
- En el adulto se puede hacer de dos formas: resección abierta o resección artroscópica (con un instrumento que quita la lesión a través de un pequeño orificio). Esta segunda opción no cuenta con tanta experiencia en el adulto por el momento y, por eso, no se suele usar en niños.

Fecha de publicación: 8-04-2017

Autor/es:

- María Aparicio Rodrigo. Pediatra. Centro de Salud “Entrevías”. Madrid

CC BY NC ND
