

---

## Pronación dolorosa: cómo reconocerla, prevenirla y actuar

### **¿Qué es una pronación dolorosa?**

Es una dislocación parcial de la cabeza del radio, uno de los tres huesos que se unen en la articulación del codo. El extremo superior o cabeza del radio se sale parcialmente del lugar que debe ocupar. También se llama subluxación de la cabeza del radio o codo de niñera.

Es una lesión leve. Es frecuente en niños preescolares, sobre todo entre 1 y 4 años.

### **¿Cómo se produce?**

Cuando se tira de forma brusca de la mano del niño, estando este con su brazo extendido. Por ejemplo, cuando se le lleva cogido de la mano y se tira de él porque no quiere andar, para ayudarlo a subir un bordillo o para evitar que se caiga si ha tropezado. También puede producirse cuando es el niño el que tira con fuerza para intentar soltarse.

### **¿Cómo puede prevenirse?**

Evitando tirar bruscamente de la mano del niño.

Cuando haya que levantarlo, se le debe coger por las axilas en lugar de sujetarlo por las manos.

### **¿Cómo puedo reconocer una pronación dolorosa?**

El niño, de repente y sin golpe previo, deja de mover el brazo. Se queda con el brazo a lo largo del cuerpo, con el codo un poco flexionado. El antebrazo se queda en pronación, es decir, con la palma de la mano hacia dentro y hacia atrás.

A veces, porque le duele, llora espontáneamente o al tocarle el brazo, o se sujeta el brazo lesionado con la otra mano.

### **¿Qué debo hacer si sospecho una pronación dolorosa?**

Debes saber que hay que volver a poner el radio del niño en su sitio con unas sencillas maniobras.

Si no tienes experiencia, lo mejor es que lleves al niño al pediatra o a un servicio de urgencias, para que se lo recolocuen, lo más pronto que se pueda. Es más fácil reducirlo cuando hace poco tiempo desde que se produjo la lesión.

Cuando el diagnóstico está claro, sobre todo si la lesión se ha producido por el mecanismo del tirón antes referido, no hace falta hacer radiografías.

Hay dos posibles maniobras:

**Supinación.** Es la forma clásica. Se trata de sujetar el brazo del niño por el codo con una mano y por la muñeca con la otra mano. Se va tirando lentamente de la muñeca y se gira el antebrazo de forma que su pulgar se vaya alejando de su cuerpo, colocando la palma de su mano hacia arriba. Se puede seguir con un movimiento de flexión del codo. Puede ayudar colocar el pulgar de la mano que sujeta el codo sobre la cabeza del radio (se puede localizar siguiendo el hueso que va desde el pulgar del niño hasta el codo). Cuando el hueso vuelve a su sitio, se puede notar un resalte o clic en el lugar donde se ha colocado el pulgar, y el niño puede mover el brazo.

Puedes ver este vídeo en internet (está [en inglés](#); pero se entiende bien).

**Pronación.** Se sujetan el codo y la muñeca del niño igual que antes pero, en vez de hacer girar el antebrazo llevando la palma de la mano hacia arriba, se gira en sentido contrario.

Puedes observar un [vídeo de la maniobra de pronación](#) en internet (otro [en inglés](#); pero se entiende bien).

En algún estudio se dice que la maniobra de pronación es más eficaz y duele menos, pero son estudios de baja calidad. Se deben hacer más estudios para ver si esto es cierto.

Si no se logra reducir con una maniobra, se puede intentar con la otra.

Tras la reducción, no suele ser necesario hacer ningún tipo de inmovilización. Pero a veces puede hacer falta cuando no se trata pronto o cuando se repite muchas veces.

---

**Fecha de publicación:** 13-11-2011

*Última fecha de actualización:* 26-06-2018

**Autor/es:**

- [Dolores Sánchez Díaz](#). Pediatra. Centro de Salud "Parquesol". Valladolid

