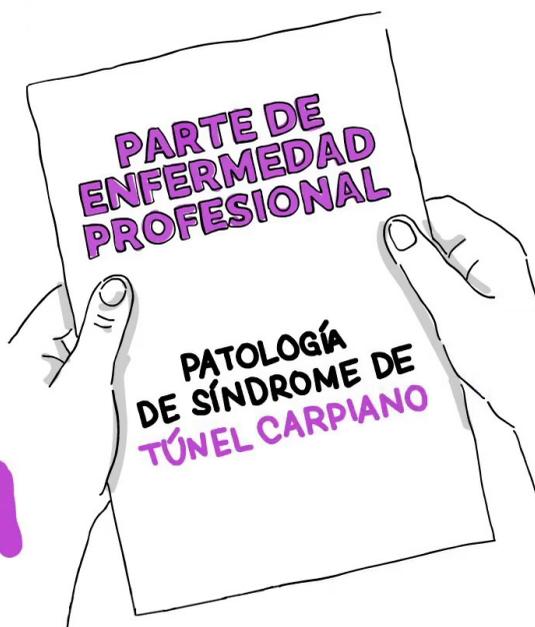


# Patología de síndrome de **túnel carpiano**



**COMIC**

## CONSEJERÍA DE ECONOMÍA, HACIENDA Y EMPLEO

### Consejera de Economía, Hacienda y Empleo

Excma. Sra. Dña. Rocío Albert López-Ibor

### Viceconsejero de Economía y Empleo

Ilmo. Sr. D. Daniel Rodríguez Asensio

### Directora General de Trabajo y Gerente del Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo

Ilma. Sra. Dña. Silvia Marina Parra Rudilla

## Elaboración

### Dirección

Silvia Marina Parra Rudilla, Directora General de Trabajo y Gerente del Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo

### Autoría

UT Enfermedades profesionales

Servicio de Ergonomía

Miguel Ángel Blanco Sanz,

M.<sup>a</sup> Concepción Parrilla Laso

M.<sup>a</sup> Jesús Gil García

Fuensanta Palomino Pérez

Mónica García Cazorla

M.<sup>a</sup> Antonia López Huertas

Sara Muñoz Ventura

Silvia Morán Bayón

Francisco Castillo Olmedo

### Edita

Unidad Técnica de Branding, Comunicación y Relaciones Institucionales

Alberto Muñoz González

Germán Blázquez López

Carmen Zazo Martínez

Rosa Rebollo Codón

Paula Panadero Moya

### Maquetación:

Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid

© Comunidad de Madrid, 2024

1.<sup>a</sup> Edición: marzo 2024

Publicación en línea en formato PDF

Realizado en España – Made in Spain



**Biblioteca**  
**virtual**

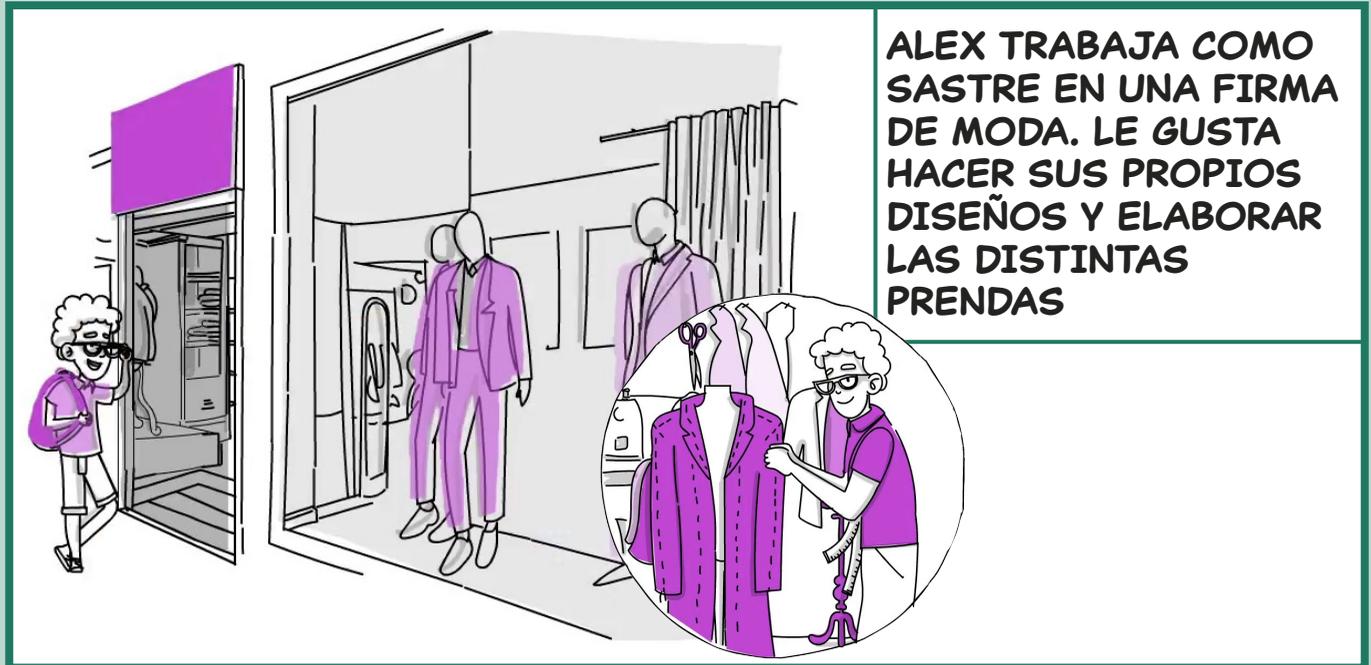
Esta versión forma parte de la Biblioteca Virtual de la Comunidad de Madrid y las condiciones de su distribución y difusión se encuentran amparadas por el marco legal de la misma.



comunidad.madrid/publicamadrid

# PATOLOGÍA DE SÍNDROME DE TÚNEL CARPIANO

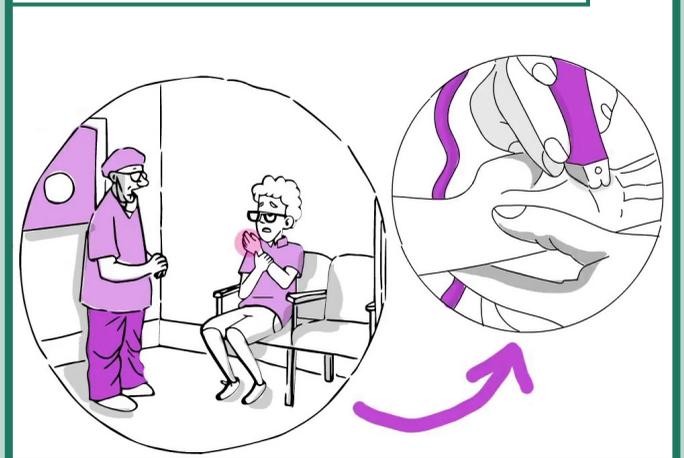
RD 1299/2006, de 10 de noviembre, por el que se aprueba el cuadro de enfermedades profesionales en el sistema de la Seguridad Social y se establecen criterios para su notificación y registro. Código 2D0101.



**DE UN TIEMPO A ESTA PARTE, ÁLEX SIENTE UN HORMIGUEO EN LA MANO DERECHA POR LA NOCHE, LLEGANDO INCLUSO A SENTIR MOLESTIAS EN LA PALMA Y LOS DEDOS, ESPECIALMENTE DEL PULGAR Y DE LOS DEDOS MEDIO E ÍNDICE**



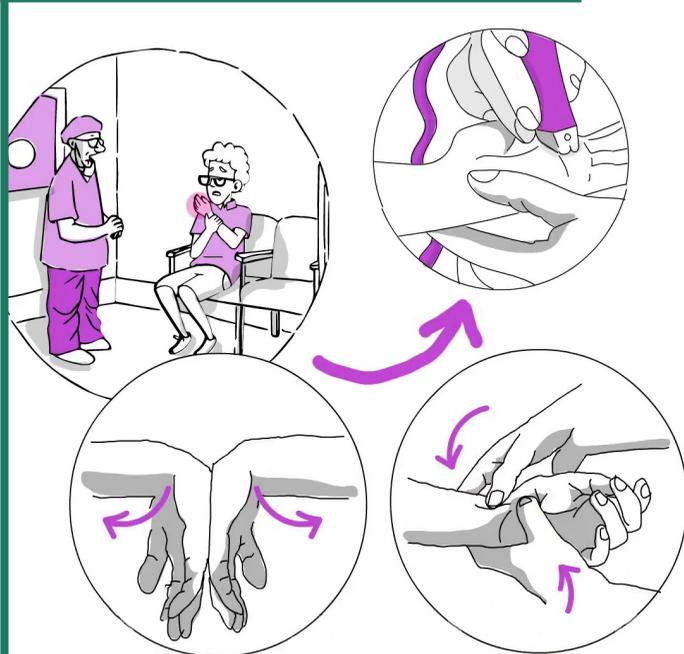
**ASÍ QUE DECIDE IR A LA MUTUA PARA QUE LE OBSERVEN**



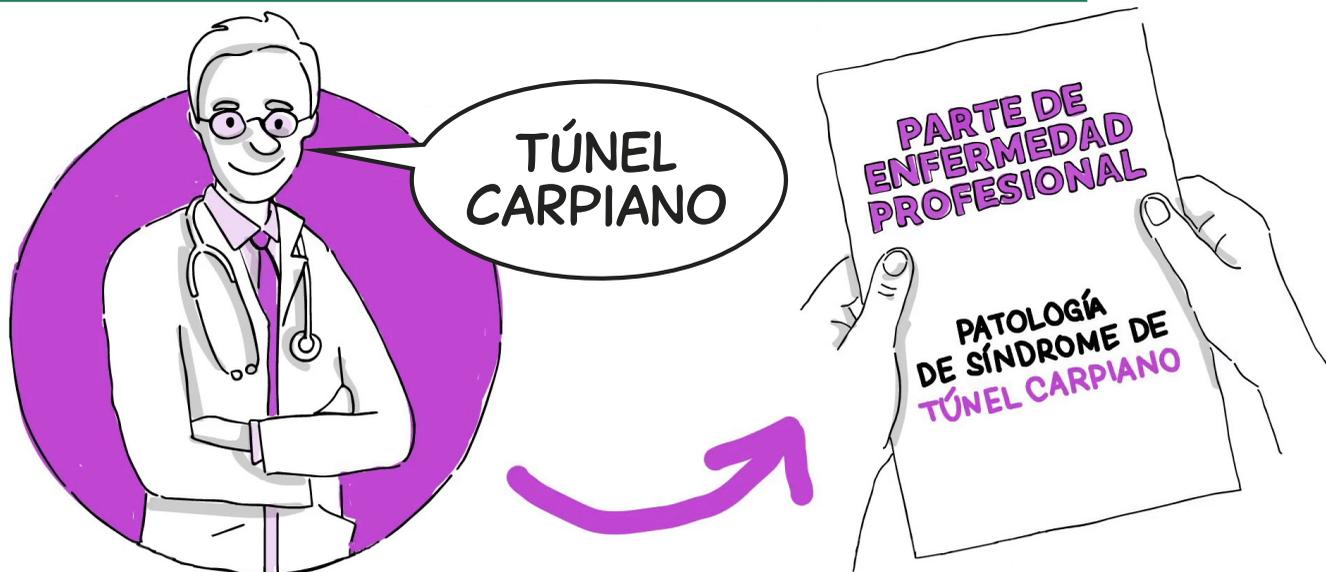
UNA VEZ EN LA CONSULTA  
LE EXPLICA AL MÉDICO EN  
QUÉ CONSISTE SU TRABAJO



EL MÉDICO LE HACE UNAS PRUEBAS  
ESPECÍFICAS Y LA EXPLORACIÓN  
CORRESPONDIENTE A LA  
SINTOMATOLOGÍA QUE PRESENTA

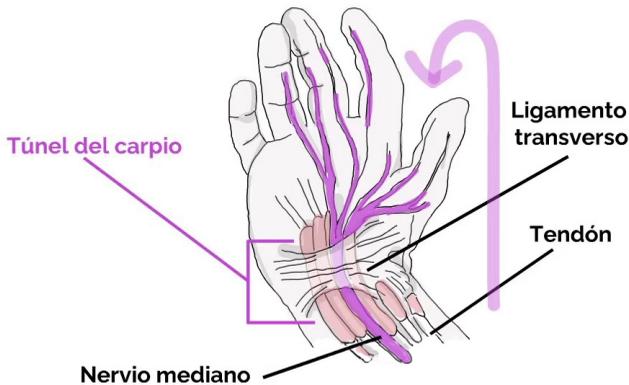


EN CONSECUENCIA EL MÉDICO EMITE UN PARTE DE ENFERMEDAD  
PROFESIONAL POR SÍNDROME DE TÚNEL CARPIANO



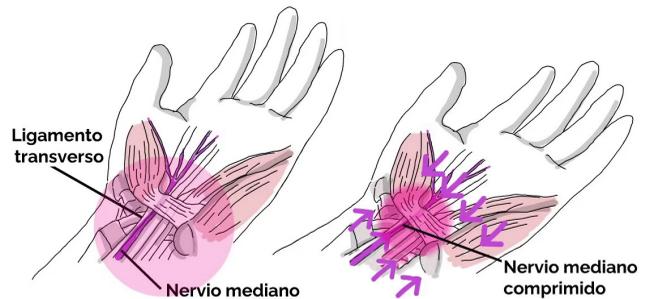
## ¿Y QUÉ ES EL TÚNEL CARPIANO?

EL TÚNEL DEL CARPO ES UN CANAL O ESPACIO FORMADO POR HUESOS (LOS HUESOS DEL CARPO). A TRAVÉS DE ESTE CANAL PASAN LOS TENDONES DE LOS MÚSCULOS QUE HACEN QUE SE FLEXIONEN LOS DEDOS Y TAMBIÉN PASA EL NERVIJO MEDIANO.



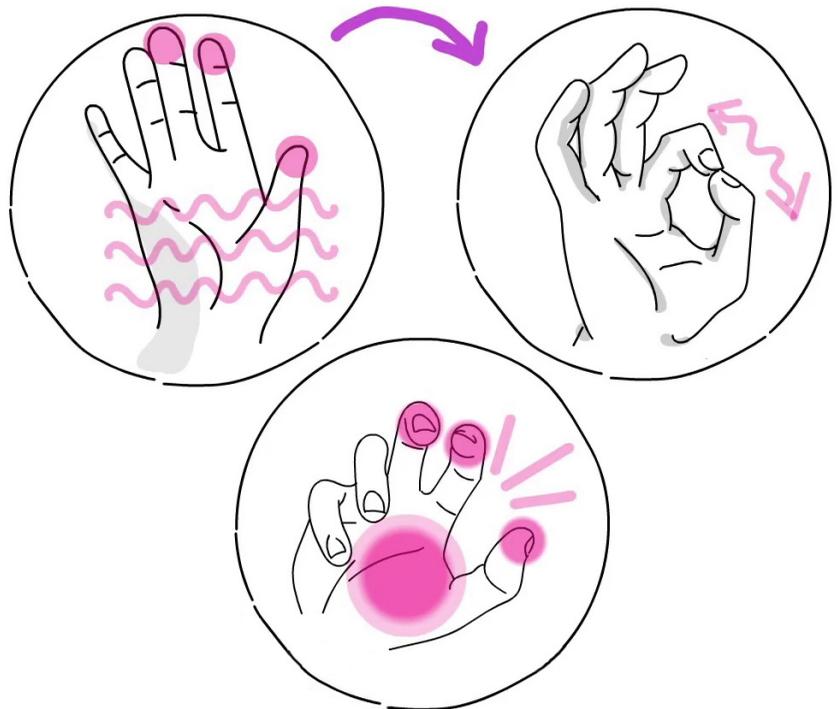
## ¿Y EN QUÉ CONSISTE EL SÍNDROME DEL TÚNEL CARPIANO?

CUANDO LOS TENDONES QUE AYUDAN A FLEXIONAR LA MANO, ASÍ COMO LAS VAINAS QUE LOS RODEAN, SE INFLAMAN, SE REDUCE EL ESPACIO DEL CANAL, POR EL QUE PASA EL NERVIJO MEDIANO, Y ÉSTE QUEDA PRESIONADO, PRODUCIENDO LAS MOLESTIAS O INCLUSO EL DOLOR CARACTERÍSTICO DE ESTA ENFERMEDAD



## ¿QUÉ SÍNTOMAS DEBERÍAN HABERLE AVISADO?

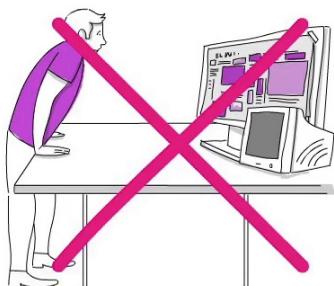
- ✓ **¿HORMIGUEOS, ADORMECIMIENTO, CALAMBRES, ALTERÁNDOSE LA SENSIBILIDAD EN LA PALMA DE LA MANO?**
- ✓ **¿DOLOR, PÉRDIDA DE FUERZA PARA FLEXIONAR LOS DEDOS?**
- ✓ **¿IMPOSIBILIDAD DE HACER PINZA CON LOS DEDOS PULGAR E ÍNDICE, O PULGAR CON DEDO MEDIO?**
- ✓ **¿SE ACENTÚA EN EL TRABAJO O DURANTE LA NOCHE?**



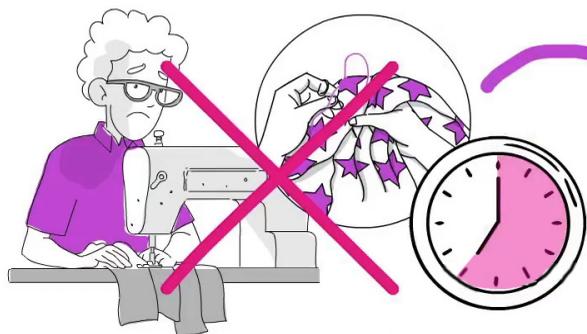
## ¿QUÉ LA PRODUCE EN EL MUNDO LABORAL Y CÓMO EVITARLO?



✓ **CALENTAR LA MUSCULATURA ANTES DE EMPEZAR A TRABAJAR**



✓ **ESTIRAR LA MUSCULATURA AL TERMINAR LA JORNADA**



**ROTACIÓN A OTRAS TAREAS**



**PAUSAS ESTABLECIDAS**



FINALMENTE LOS TÉCNICOS DE PREVENCIÓN SE DIRIGEN A LA EMPRESA PARA INVESTIGAR LA ENFERMEDAD PROFESIONAL Y PROPONER MEDIDAS CORRECTORAS.

REVISIÓN DE EVALUACIÓN DE RIESGOS (ART. 6.1 R.D. 39/1997), INVESTIGACIÓN DE LA ENFERMEDAD PROFESIONAL (ART. 16.3 LEY 31/95)

# Patología de síndrome de túnel carpiano



**IRSST INSTITUTO REGIONAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO**

C/ Ventura Rodríguez, 7. 28008 Madrid

[enfermedades.profesionales@madrid.org](mailto:enfermedades.profesionales@madrid.org)

[www.comunidad.madrid](http://www.comunidad.madrid)