

## LOS DEDOS DE LA MANO

El movimiento de las articulaciones de los dedos de la mano, excepto el pulgar, se realiza fundamentalmente en el plano de flexión-extensión. La abducción y la aducción son limitadas, y se producen tan sólo en las articulaciones MF.

La flexión constituye la mayor parte del movimiento de las articulaciones de los dedos (Figuras 7.1A-7.1C). La artrosis afecta a menudo a las articulaciones IFD e IFP en las mujeres de edad avanzada, por lo que los varones adultos mayores presentan a menudo una amplitud de movimiento mayor en las articulaciones de los dedos (Figura 7.2). En comparación con adultos varones jóvenes, las mujeres jóvenes tienen un arco de movilidad de las articulaciones de los dedos superiores, debido fundamentalmente a la mayor amplitud de extensión de la articulación MF. En los adultos jóvenes, la flexión de los dedos no depende del sexo.

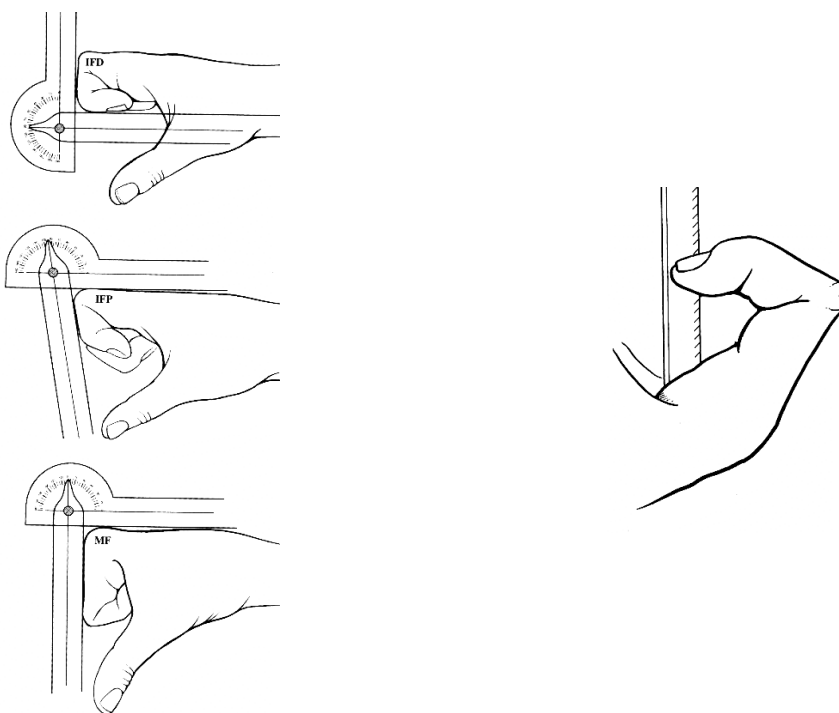


Figura 7.1A-7.1C FLEXIÓN DE LAS ARTICULACIONES DE LOS DEDOS DE LA MANO, POSICIÓN DE PARTIDA

**CERO.** La muñeca se mantiene en la posición neutra.

**1A FLEXIÓN EN LA ARTICULACIÓN IFD.** Al medir la flexión en la articulación IFD, la articulación IFP debe estar flexionada.

**1B FLEXIÓN EN LA ARTICULACIÓN IFP.** Cuando se realiza esta medición, las articulaciones MF pueden colocarse tanto en flexión como en extensión.

**1.C. FLEXIÓN EN LA ARTICULACIÓN MF.**

Figura 7.2. MOVIMIENTO COMPUESTO DE FLEXIÓN. La determinación de la distancia que le falta al dedo para tocar el pliegue palmar distal constituye una maniobra sencilla y aporta una medición informativa respecto al deterioro de la flexión del dedo.

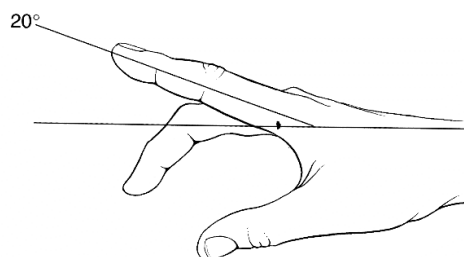
La flexión de la articulación MF aumenta de una forma aproximadamente lineal, al ir pasando del índice al meñique. En la articulación IFP, la flexión es equivalente en todos los dedos, pero en la articulación IFD, la flexión activa del dedo anular y del meñique es inferior a la de los dedos índice y corazón.

La extensión es máxima en las articulaciones MF (Figura 7.3), en la que es aproximadamente igual en los cuatro dedos.<sup>7</sup> La extensión activa es también equivalente en los cuatro dedos, en las articulaciones IFP e IFD.

**EXTENSIÓN.** La extensión es máxima en la articulación MF y se limita a un arco de 5 a 10° o menos en las articulaciones IFP o IFD. Resulta útil recordar el movimiento activo total (MAT) y el movimiento pasivo total (MPT). El movimiento total es la suma de la flexión y la extensión que se producen en las articulaciones MF, IFP y IFD.

Así, por ejemplo:

Articulación	Flexión	Extensión
MCF	90°	-20°
IFP	100°	0°
IFD	35°	0°
Suma	225°	-20°
MAT	225 - 20 = 205°	



La posición de las articulaciones adyacentes tiene una importancia crucial en la medición del movimiento de los dedos de la mano (Figuras 7.4, 7.5). La muñeca ha de mantenerse en una posición neutra. Si la muñeca esta flexionada, se producirá una tenodesis del extensor largo de los dedos, con lo que se limitara la flexión en las articulaciones MF. De igual modo, si la articulación IFP se mantiene en extensión, la flexión de la IFD sufrirá una limitación de 7 a 10°.

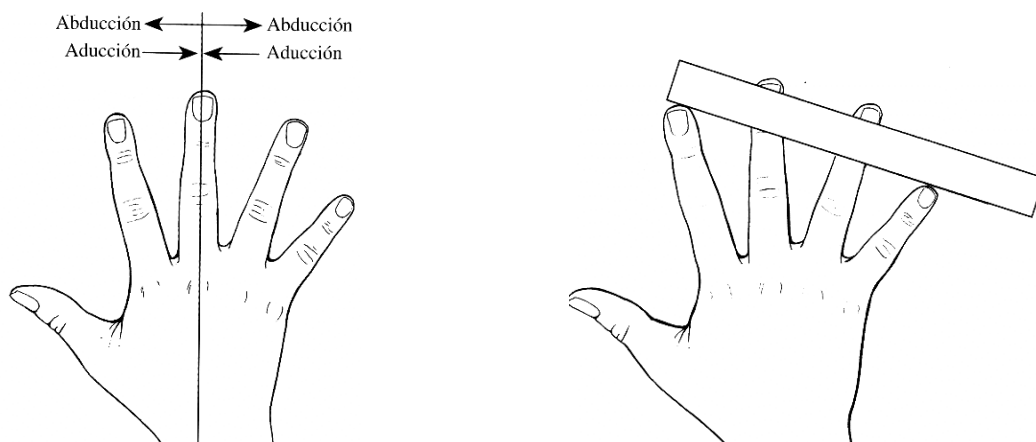


Figura 7.4. ABDUCCIÓN/ADUCCIÓN. Este movimiento se sitúa en el plano de la palma de la mano y se centra en el dedo corazón. La abducción es el movimiento de los dedos alejándose del dedo corazón, mientras que la aducción es el movimiento de los demás dedos aproximándose a este.

Figura 7.5. AMPLITUD DE MOVIMIENTO. Puede describirse como la distancia en que pueden extenderse los dedos, medida desde la punta del dedo índice hasta la punta del meñique. También puede medirse el movimiento entre dedos concretos, de la punta de uno a la del otro.

#### AMPLITUD DE MOVIMIENTO ACTIVO DE LOS DEDOS DE LA MANO EN ADULTOS JÓVENES<sup>a</sup>

		Índice	Corazón	Anular	Meñique
MF	Extensión <sup>b</sup>	22°	18°	23°	19°
	Flexión <sup>c</sup>	86°	91°	99°	105°
IFP	Extensión <sup>b</sup>	7°	7°	6°	9°
	Flexión <sup>c</sup>	102°	105°	108°	106°
IFD	Extensión <sup>b</sup>	8°	8°	8°	8°
	Flexión <sup>c</sup>	72°	71°	63°	65°
MAT <sup>d</sup>	Varones	284°	288°	294°	297°
MAT <sup>d</sup>	Mujeres	305°	311°	318°	323°

<sup>a</sup> Adaptada de Mallon *et al.*<sup>17</sup>.

Los individuos estudiados eran 120 adultos sanos de entre 18 y 35 años de edad.

El estudio incluía a un número igual de varones y mujeres y a un número igual de individuos diestros y zurdos.

<sup>b</sup> Extensión medida con los dedos en extensión plena.

<sup>c</sup> Flexión medida tras cerrar el puño.

<sup>d</sup> Movimiento activo total. El arco total de movimiento era mayor en las mujeres en 21 a 26°. La mayor extensión de la articulación MF era la que contribuía en mayor medida a esta diferencia de movimiento.