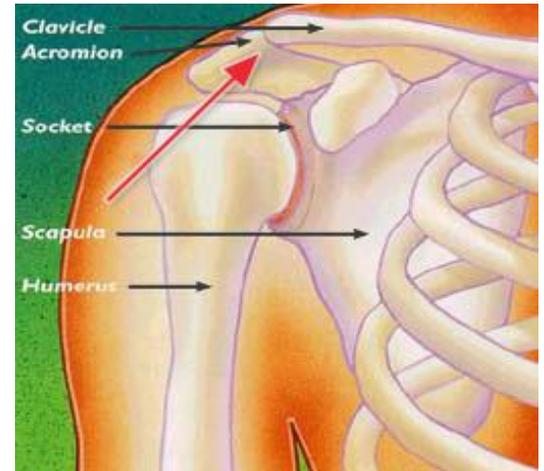


# Esguince de la articulación acromioclavicular (AC)

## ¿Qué es un esguince de la articulación acromioclavicular?

La articulación acromioclavicular está en la parte superior del hombro. Es la protuberancia que puede sentir y ver en un hombro desnudo. Un esguince de la articulación acromioclavicular es un estiramiento o desgarramiento parcial del ligamento que sujeta la clavícula al omóplato (acromion). A menudo se le llama hombro separado. La mayoría de las veces, se produce el esguince por un impacto directo en la parte superior del hombro, como caer sobre el hombro.



## ¿Cuáles son los síntomas?

Puede haber:

- Dolor cuando se toca el área del hombro.
- Hinchazón en el área.
- Dolor al mover el brazo sobre el cuerpo.
- Un hueco visible entre los dos huesos.

## ¿Cómo se diagnostica?

Su proveedor de atención médica revisará sus actividades. El esguince se diagnostica por la ubicación del dolor, los síntomas y un examen físico. A menudo se realizan radiografías para determinar el alcance de la lesión.

## ¿Cuál es el tratamiento?

Los medicamentos para el dolor, la disminución de la actividad, el reposo y la aplicación de hielo en el hombro pueden ayudar a aliviar el dolor y la hinchazón. Otros tratamientos pueden incluir:

- Un cabestrillo para proteger la articulación.
- Hielo. Use una bolsa de hielo picado, chícharos o maíz congelados. Puede reutilizarlos como compresa fría. **No coma** el maíz ni los chícharos una vez que los utilice como compresas frías.
  - Coloque una toalla entre la piel y la bolsa. Si pone la compresa de hielo directamente sobre la piel, puede causar quemadura por frío. Coloque la bolsa en el área adolorida.
  - Dejar actuar durante 15 a 20 minutos.
- Los ejercicios de rango de movimiento se pueden hacer con ayuda e indicaciones de un terapeuta.
- **Evite** hacer el press militar, press de banca o mover el brazo sobre el cuerpo hasta que el terapeuta diga que está bien.

Si la articulación no sana como debería, es más probable que vuelva a torcerse. La fisioterapia adecuada puede ayudar a prevenir lesiones repetidas.

## ¿Qué seguimiento se necesita?

La mayoría de las veces, se necesita darle seguimiento con el médico. Se puede tomar otra radiografía para asegurarse de que la articulación haya sanado correctamente.

Para obtener más información sobre la salud y el bienestar, consulte este recurso:  
<https://kidshealth.org/ChildrensWI/es/parents>

**ALERTA:** Llame a su médico, enfermera o terapeuta si tiene alguna pregunta o inquietud o si tiene necesidades especiales de atención médica que no se cubrieron en esta información.

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.