



¿Qué es el HOMBRO CONGELADO o CAPSULITIS ADHESIVA?

Aurora Romero Álvarez
FISIOTERAPEUTA COL.7199

SIGNOS Y SÍNTOMAS

- **Dolor limitante (en ocasiones se irradia al brazo o mano).**
- **Disminución de movilidad pasiva y activa.**
- **Impotencia funcional.**



HOMBRO CONGELADO O CAPSULITIS ADHESIVA

Patología compleja

- GRAN afectación (↓movilidad, ↑dolor, ↓funcionalidad)
- LARGA evolución (12-24 meses)
- DIFÍCIL diagnóstico (examen físico & historia del paciente) Las pruebas de imagen no aportan mucho.

Descrita en:

1872 por Duplay como 'periartritis',

1934 por Codman como 'hombro congelado'

1945 por Neviaser como 'Capsulitis adhesiva'



HOMBRO CONGELADO O CAPSULITIS ADHESIVA

Etiología ¿Por qué aparece? ¿Cuáles son las causas?

- PRIMARIA O IDIOPÁTICA: no se conoce la causa.
- SECUNDARIA
 - Por causas intrínsecas: otras patologías de hombro.
 - Por causas extrínsecas: cirugía previa o traumatismo.
 - Por causas sistémicas: diabetes mellitus



HOMBRO CONGELADO O CAPSULITIS ADHESIVA

Epidemiología

- Afecta al 2-5% población general
- Predomina en MUJERES alrededor de 55 años
- Hasta un 36% de los casos se asocian a la DIABETES mellitus
- Normalmente se da en el BRAZO DOMINANTE aunque en el 20-30% de los casos se presenta de manera bilateral.



HOMBRO CONGELADO O CAPSULITIS ADHESIVA

Fisiopatología

Actualmente se desconoce aunque existen HIPÓTESIS:

- Cápsula engrosada con presencia de células inflamatorias crónicas (mastocitos, macrófagos, linfocitos T, fibroblastos...) → **JUSTIFICARÍA EL DOLOR**
- Evolución a fibrosis reactiva y consecuentes adherencias. → **JUSTIFICARÍA LA RESTRICCIÓN DE MOVIMIENTO**



HOMBRO CONGELADO O CAPSULITIS ADHESIVA

Historia natural de la patología

- **Etapa 1**
 - Fase dolorosa (2-9 meses)
- **Etapa 2**
 - Fase restrictiva (4-12 meses)
- **Etapa 3**
 - Fase resolutive (12-24 meses)

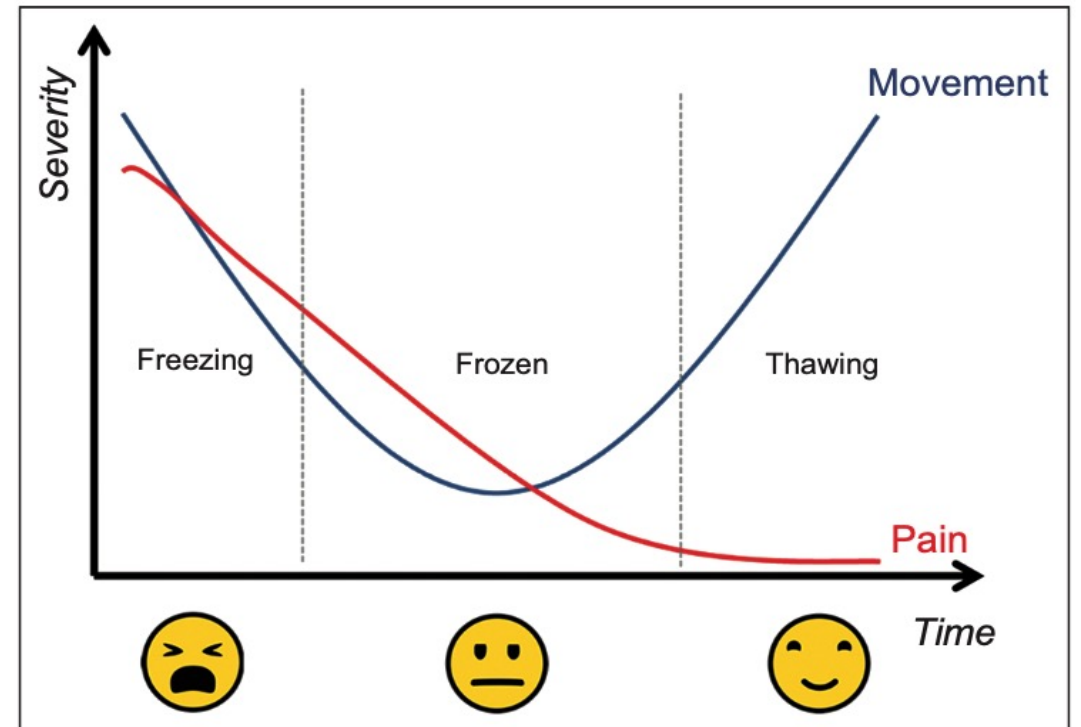


Imagen 1: Presentación clínica del hombro congelado: expresión facial según el nivel de dolor del paciente según Chan et al, 2017.

HOMBRO CONGELADO O CAPSULITIS ADHESIVA

¿Qué puede hacer la fisioterapia?



PROGRAMA EJERCICIO TERPÉUTICO

Objetivos a corto plazo

Objetivos a largo plazo

PROCESO DE RECUPERACIÓN FUNCIONAL																	
FASE 1						FASE 2						FASE 3					
Semana 1		Semana 2		Semana 3		Semana 1		Semana 2		Semana 3		Semana 1		Semana 2		Semana 3	
Sesión 1	Sesión 2	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 1	Sesión 2



Máxima funcionalidad y autonomía

Lee et al, 2016

Shih et al, 2017

Mueller et al, 2018





**Si tienes dolor de hombro o restricción de la movilidad ponte
en contacto con tu fisioterapeuta.**

<http://fisioar.com/>
info@fisioar.com

Aurora Romero Álvarez
FISIOTERAPEUTA COL.7199