

Volver a vivir y competir sin dolor

Datum 17.9.2026
Subjekt Vithas
Autor Paula Pérez
Region Španělsko
Kategorie Zdravotnictví a nemocnice, Sport

La rizartrrosis limitó la vida de Ángel Ballesté durante más de 4 años, impidiéndole hacer gestos con la mano tan sencillos como pinzar, abrir un tapón de una botella o atarse los cordones sin molestias, así como entrenar y competir en su deporte favorito, el tiro deportivo.

- **El doctor Óscar Izquierdo, de Vithas Lleida, le implantó una prótesis en la articulación del pulgar dañada para que recuperara la movilidad total.**

Abrir un bote, girar una llave o sostener una sartén eran gestos cada vez más difíciles para Ángel Ballesté. Lo que comenzó con una simple molestia en la mano fue agravándose hasta convertirse en dolor y en una limitación constante que afectaba su vida diaria. Tras cuatro años pudo ponerle nombre a su sufrimiento, fue el doctor Óscar Izquierdo, del Hospital Vithas Lleida, quién le explicó que padecía de una degeneración de la articulación trapeziometacarpiana del pulgar y que debía operarse para recuperar la movilidad.

“No podía pinzar con la mano, abrir un tapón, apretar un bote de champú ni atarme los cordones, era imposible. La vida cotidiana se hizo difícil, tareas tan sencillas como cocinar, leer, doblar la ropa, planchar o abrir una ventana no las podía hacer sin dolor. Tenía que ir con cuidado con cada movimiento que hacía e incluso se me caían objetos al suelo”, explica Ballesté. La situación resultaba especialmente difícil para Ángel, ya que practica tiro deportivo desde joven. A lo largo de su trayectoria ha participado en campeonatos nacionales e internacionales, llegando a formar parte de la Selección Española. Sin embargo, la pérdida de fuerza y movilidad en la mano estaba empezando a impedirle practicar este deporte. “No podía sostener la escopeta durante más de unos segundos. Llegué a pensar que tendría que dejar de competir”, explica. Este hecho, sumado a las limitaciones en su día a día le motivaron a visitar la consulta del doctor Izquierdo en Vithas Lleida para buscar una solución definitiva.

Un proceso seguro y una recuperación rápida

Tras una amplia valoración clínica, Izquierdo concluyó que Ángel padecía de rizartrrosis, una de las artrosis o degeneraciones más frecuentes dentro de la mano. En su caso, el procedimiento más eficaz fue sustituir la articulación dañada por una de artificial, por una prótesis, que le permitiría recuperar la movilidad y dejar de sentir dolor. Aun así, las dudas y la incertidumbre estuvieron presentes, sobre todo en relación con el deporte que practicaba Ángel. “Para mí el tiro deportivo lo es todo, es lo que me ayuda a superarme y me motiva”, explica, “la rizartrrosis me afectó mucho en este aspecto, ya que no podía rendir como antes y los 4 años que pasé con dolor me fueron mermando hasta que en el Campeonato de Europa del 2023 no pude más con el dolor”. La operación supuso un antes y un después: “fue un alivio, ya que no volví a sentir dolor. No noté nada y cuando me quitaron el vendaje pude volver a hacer un gesto tan sencillo como tocar el pulgar con el índice. Al mes, y siguiendo las pautas del doctor, noté una gran mejora, tenía más movilidad y, poco a poco, pude volver a realizar actividades y movimientos que hacía años que no podía hacer sin dolor”.

Paralelamente, pudo reincorporarse a los entrenos de Tiro Deportivo al mes y medio. “Fue lo primero que hice cuando me recuperé. No me lo creía, iba con mucho miedo porque no estaba seguro, pero lo logré y sentí una gran felicidad de volver a entrenar. Con los meses, he vuelto a sentir la confianza que tenía y ya no he de estar constantemente pendiente de los movimientos que hago”, asegura. Por su parte, Izquierdo explica que “el postoperatorio para este tipo de intervenciones es muy sencillo, ya que se la operación se realiza con anestesia local y, por lo tanto, no necesita ingreso hospitalario. A los 14 días se retiran los puntos y el vendaje y empieza un proceso de rehabilitación progresiva que dura entre 2 o 3 meses”.

Innovación y evolución en la cirugía de mano

La rizartrrosis es una de las patologías más frecuentes de la cirugía de la mano, aunque no es la única. En consulta también se tratan muchos casos de atrapamientos nerviosos, como el Síndrome del Túnel de Carpiano, o lesiones de los tendones, entre otros. Y es que la mano es una de las estructuras más complejas del cuerpo humano, ya que “concentra muchas estructuras óseas, tendinosas y nerviosas en muy poco espacio”, como explica el doctor Izquierdo. Asimismo, añade que “la mano es una máquina perfecta, es lo que nos hace humanos. La especie humana ha evolucionado tanto porque tiene una mano y, sobre todo, un pulgar muy diferente de la resta. Este órgano complejo nos ha permitido crear y fabricar cosas a lo largo de la historia”.

Por ello, tratar con patologías que afectan a esta parte del cuerpo requiere de un alto nivel de especialización. Asimismo, en los últimos años la ciencia ha avanzado a grandes pasos y, dentro de la cirugía de mano, “la gran evolución ha sido la inclusión de las técnicas de microcirugía con el microscopio quirúrgico y con el instrumental específico para poder reparar estructuras que anteriormente se daban por perdidas cuando se dañaban”. Una de las cirugías más beneficiadas de esta innovación es la **microcirugía reconstructiva**, que permite recuperar partes de la mano que han sido dañadas accidentalmente, desde nervios o vasos sanguíneos hasta dedos o superficies de la piel, para restaurar la forma y función de la mano. “Esta se diferencia del resto de cirugías en cuanto a la precisión en cuanto a que las estructuras a reparar son difíciles de ver a través del ojo humano. De hecho, los hilos que se utilizan para reparar los nervios son más finos que los de un cabello humano. Para ello, se emplea el microscopio quirúrgico y material de alta precisión”, explica el doctor Izquierdo. Este tipo de intervenciones pueden llevar desde 1 a 2 horas en caso de reparaciones de tendones o nervios hasta de 6 a 8 horas en casos de trasplante. “En Vithas Lleida estamos preparados para intervenir este tipo de casos, ya que disponemos de todo el equipo humano y quirúrgico”, afirma Izquierdo.

Síntomas normalizados y miedo a la operación

Los principales síntomas por los que se debería acudir a consulta es el dolor y la limitación en la movilidad de la mano o los dedos, según explica Izquierdo. El especialista añade que “el hecho de que una persona no pueda hacer cierto movimiento puede indicar que algún nervio no funcione bien o que una articulación esté dañada. En el caso de las lesiones nerviosas, habitualmente el dolor es más constante y se expresa como calambres o como si estuvieran pinchando con agujas. En cuanto a la rizartrrosis el dolor viene con el movimiento y puede disminuir con el reposo o con medicamentos”.

Aun así, la cirugía de mano suele ser percibida con mucho miedo por los resultados que se pueden obtener. Por ello, Izquierdo lanza un mensaje tranquilizador: “a las personas que tienen miedo a mirárselo les diría honestamente que consulten con su cirujano y le expliquen sus síntomas, qué esperan y qué miedos tienen. Como respuesta a los cirujanos se nos debe exigir que seamos honestos y expliquemos las buenas expectativas y también las posibles complicaciones. El riesgo-beneficio es lo que el paciente tiene que valorar. La probabilidad de que una operación salga mal siempre hay que tenerla presente y hay que informarla, pero lógicamente trabajamos para que esa

probabilidad sea ínfima y en Vithas Lleida estamos preparados para poner remedio a cualquier complicación”.

Ángel, que ahora está totalmente recuperado de su intervención, concluye que “a la mano no le damos la importancia que realmente tiene. A mi esta operación me cambió, fue un éxito y me sentí muy acompañado en todo momento por todo el equipo. Por ello, animaría a cualquier persona que esté padeciendo una patología similar a que se ponga en manos de un buen especialista que le asesore bien y le hagan las pruebas pertinentes. No se puede vivir con dolor”.

Sobre Vithas

El grupo Vithas está integrado por 22 hospitales y 40 centros médicos y asistenciales distribuidos por 14 provincias. Los 14.500 profesionales que conforman Vithas lo han convertido en uno de los líderes de la sanidad española. Además, el grupo integra a la Fundación Vithas, Vithas Red Diagnóstica y la central de compras PlazaSalud+.

Vithas, respaldada por el grupo Goodgrower, fundamenta su estrategia corporativa en la calidad asistencial acreditada, la experiencia paciente, la investigación y la innovación y el compromiso social y medioambiental.

<https://vithas.es/comunicacion/actualidad/volver-a-vivir-y-competir-sin-dolor>