

FRACTURAS DE LOS DEDOS DEL PIE Y DE LOS HUESOS METATARSIANOS



American College of
Foot and Ankle Surgeons

La estructura de su pie es compleja. Está compuesto por huesos, músculos, tendones, y otros tejidos blandos. De los 26 huesos del pie, 19 son huesos de los dedos (falanges) y huesos metatarsianos (huesos largos en la parte media del pie). Las fracturas de los huesos de los dedos del pie y metatarsos son frecuentes, y es necesaria la evaluación de un especialista. Debe consultarse a un cirujano podiátrico especializado en pies y tobillos para que brinde un diagnóstico y tratamiento adecuados, aun cuando el tratamiento inicial se haya realizado en una sala de emergencia.

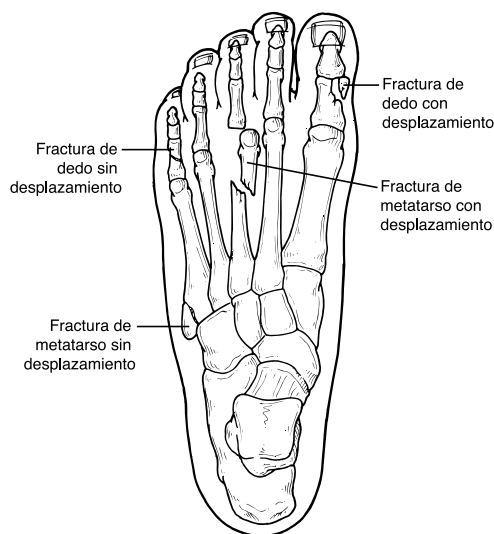
¿Qué es una fractura?

Una fractura es la ruptura de un hueso. Las fracturas pueden dividirse en dos categorías: fracturas por trauma y fracturas por compresión.

Fracturas por trauma (también denominadas fracturas agudas) — Son causadas por un impacto directo, como un golpe fuerte en un dedo del pie. Las fracturas traumáticas pueden ser *con desplazamiento* o *sin desplazamiento*. Si se trata de una fractura con desplazamiento, el hueso se quiebra de tal manera que cambia de posición (se disloca). El tratamiento de una fractura traumática depende del lugar y la extensión de la fractura y de si hay desplazamiento. A veces es necesaria la cirugía.

Las señales y síntomas de una fractura traumática incluyen los siguientes:

- Es posible oír un sonido en el momento en que el hueso se quiebra.
- Dolor en un punto preciso (lugar del impacto) en el momento en



que ocurre la fractura y quizás durante algunas horas más. A menudo el dolor desaparece después de varias horas.

- Desviación (deformación o apariencia anormal) del dedo del pie.
- Cardenales e hinchazón al día siguiente.
- No es cierto que “si puede caminar, no está quebrado”. Se recomienda siempre la evaluación de un cirujano podiátrico.

Fracturas por compresión — Son pequeñas fisuras causadas generalmente por la compresión repetida. Las fracturas por compresión a menudo afectan a los atletas que aumentan rápidamente las distancias que corren o pueden ser consecuencia de la estructura anormal del pie, las deformidades o la osteoporosis. Un calzado inapropiado puede también ocasionar fracturas por compresión. No debe restarse importancia a las fracturas por compresión ya que se repetirán a menos que reciban el

tratamiento adecuado. Los síntomas de las fracturas por compresión incluyen:

- Dolor durante o después de la actividad normal
- Dolor que desaparece en estado de reposo y que vuelve cuando la persona está parada o realiza alguna actividad
- Dolor en un punto preciso (lugar de la fractura) cuando se toca
- Hinchazón sin cardenales

Los esguinces y fracturas tienen síntomas similares, aunque algunas veces el esguince provoca dolor en toda la zona y no en un solo lugar. Su cirujano podiátrico especializado en pies y tobillos podrá diagnosticar lo que usted tiene y le indicará el tratamiento adecuado. Algunos esguinces y dislocaciones pueden causar una importante discapacidad. Sin el tratamiento adecuado pueden causar una artritis que lleve a la inmovilidad.

Consecuencias de un tratamiento incorrecto

Algunas personas dicen “el médico no puede hacer nada para curar un hueso quebrado en un pie”. Por lo general esto no es cierto. De hecho, si una fractura en un dedo del pie o en un hueso metatarsiano no se trata correctamente, pueden surgir complicaciones serias, por ejemplo:

- La deformidad en la arquitectura ósea que puede limitar la capacidad para mover el pie o causar dificultad para calzarse.
- Artritis, que puede ser consecuencia de la fractura de una articulación (la unión entre dos huesos) o puede

ser consecuencia de deformidades angulares que pueden aparecer cuando una fractura con desplazamiento es grave o no se ha tratado correctamente.

- Dolor crónico y disfunción a largo plazo.
- Falta de unión o de cicatrización que pueden provocar dolor crónico o hacer necesaria la cirugía.

Tratamiento de fracturas en los dedos del pie

Las fracturas de los huesos en los dedos del pie son casi siempre fracturas traumáticas. El tratamiento de las fracturas traumáticas depende de la fractura y puede incluir las siguientes opciones:

- **Reposo.** Algunas veces el reposo es lo único que se necesita para tratar fracturas traumáticas de los dedos del pie.
- **Entablillado.** Puede entablillarse el dedo del pie para mantenerlo en una posición fija.
- **Calzado con suela rígida o dura.** El uso de un calzado con una suela dura protege el dedo del pie y ayuda a mantenerlo en la posición correcta.
- **Unión a otro dedo.** La unión del dedo fracturado al dedo de al lado en algunos casos es adecuada, pero en otros puede causar daño.
- **Cirugía.** Si la fractura está muy desplazada o si la articulación

se ve afectada puede ser necesaria la cirugía. La cirugía a menudo supone el uso de dispositivos de fijación como los clavos.

Tratamiento de las fracturas de metatarso

La rotura de los huesos metatarsianos pueden deberse a fracturas por compresión o fracturas por trauma. Ciertos tipos de fracturas de los huesos metatarsianos tienen características y dificultades propias.

Por ejemplo, a veces la fractura del primer hueso metatarsiano (detrás del dedo gordo) puede causar artritis. Como el dedo gordo es el que sostiene más peso, la artritis en esa zona puede provocar dolor al caminar, al doblarse y aun al permanecer de pie.

Otro tipo de rotura de hueso es la denominada fractura de Jones. Es una fractura en la base del quinto hueso metatarsiano (detrás del dedo más pequeño del pie). A menudo, se diagnostica mal como un esguince de tobillo y el error en el diagnóstico puede tener consecuencias serias ya que los esguinces y las fracturas necesitan tratamientos diferentes. Su cirujano podiátrico especializado en pies y tobillos es un experto en el diagnóstico de estas afecciones y de otros problemas del pie.

El tratamiento de las fracturas del hueso metatarsiano depende del

tipo y la extensión de la fractura, y puede incluir:

- **Reposo.** Algunas veces el reposo es lo único que se necesita para favorecer la cicatrización de una fractura por compresión o por trauma del hueso metatarsiano.
- **Evitar la actividad que causa el daño.** Ya que las fracturas por compresión son resultado de una compresión repetida, es importante evitar la actividad que causó la fractura. A veces son necesarias las muletas o una silla de ruedas para descargar el peso del pie y darle tiempo para que cure.
- **Inmovilización, yeso o calzado rígido.** Puede usarse un calzado con suela dura u otra forma de inmovilización para proteger el hueso fracturado mientras cura.
- **Cirugía.** Algunas fracturas traumáticas de huesos metatarsianos necesitan cirugía, sobre todo si la fractura está muy desplazada.
- **Cuidados posteriores.** Su cirujano podiátrico especializado en pies y tobillos le dará instrucciones para el cuidado luego de un tratamiento quirúrgico o no quirúrgico. Puede incluirse la fisioterapia, los ejercicios y la rehabilitación en un programa para retornar a la actividad normal. ▲

