

¿Qué es un quiste de ganglio?

Un quiste de ganglio es una masa de tejido llena de un fluido gelatinoso. La palabra “ganglio” significa “nudo” y se utiliza para describir una masa similar a un nudo o bulto de células que se forma debajo de la piel.

Los quistes de ganglio se encuentran entre las aglomeraciones de tejido blando benigno más comunes. Si bien se presentan con mayor frecuencia en la muñeca, a menudo también se desarrollan en el pie, generalmente en la parte superior, pero también en otras zonas. Los quistes de ganglios varían en tamaño, pueden agrandarse o reducirse con el correr del tiempo e incluso pueden desaparecer, únicamente para retornar probablemente más adelante.

Signos y síntomas

Un quiste de ganglio está asociado a uno o más de los siguientes signos o síntomas:

- Un bulto evidente, el cual con frecuencia es el único síntoma que se presenta.
- Hormigueo o ardor si el quiste toca un nervio.
- Dolor continuo o molestia, que indica que el quiste está presionando un tendón o una articulación.
- Dificultad para usar calzado debido a la irritación que se produce por el roce entre el bulto y el calzado.



¿Qué provoca un quiste de ganglio?

Generalmente, los quistes de ganglio son provocados por algún tipo de lesión. Por ejemplo, un quiste de ganglio puede desarrollarse después de que algo cae sobre el pie, si el pie se torció al caminar o después de exponer una articulación o un tendón a mucha tensión. Para algunos pacientes, el traumatismo que provoca esta afección es algo que ellos no recuerdan. Generalmente el quiste aparece poco después de sufrido el traumatismo.

Diagnóstico

Para diagnosticar un quiste de ganglio, el médico de pie y tobillo realiza un examen exhaustivo del pie. El bulto es claramente visible y al presionarlo en determinada forma se mueve libremente debajo de la piel. En algunos casos el médico alumbrará a través del quiste o retirará una pequeña cantidad de fluido del quiste para su evaluación. Ocasionalmente se pueden utilizar otros estudios de imagen.

Tratamiento

Hay varias opciones para tratar un quiste de ganglio en el pie:

- **Seguimiento, pero sin tratamiento.** Si el quiste no provoca dolor y no interfiere en el andar, el médico puede decidir que es mejor observarlo cuidadosamente durante un tiempo.
- **Modificaciones del calzado.** Se aconseja utilizar calzado que no roce con el quiste o cause irritación. Además, es posible reducir la presión contra el quiste colocando una almohadilla dentro del calzado.
- **Aspiración e inyección.** Esta técnica implica el drenaje de fluido y luego la inyección de medicación esteroide dentro de la masa. Es posible que se requiera más de una sesión. A pesar de que este método es exitoso en algunos casos, en muchos otros el quiste regresa.
- **Cirugía.** Cuando otras opciones de tratamiento fracasan o no son adecuadas, el quiste puede ser removido quirúrgicamente. Si bien la tasa de recurrencia para el tratamiento con cirugía es mucho menor que aquella relacionada con la terapia de aspiración e inyección, existen casos en los cuales el quiste de ganglio reaparece después de la cirugía. ▲

