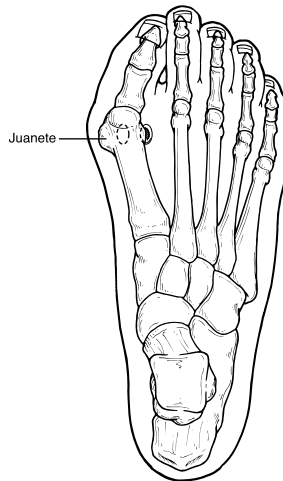


El juanete es una deformidad común en el pie, sin embargo, existen conceptos equivocados acerca del mismo. Muchas personas pueden sufrir innecesariamente de los dolores causados por el juanete durante años, antes de buscar un tratamiento.

¿Qué es el juanete?

Generalmente se describe el juanete como una protuberancia a un lado del dedo gordo. Pero un juanete es más que eso. La protuberancia visible en realidad refleja cambios en el marco óseo de la parte frontal del pie. Cuando hay un juanete, el dedo gordo se apoya sobre el segundo dedo en vez de apuntar hacia delante. Esto desalinea a los huesos produciendo la protuberancia del juanete.

El juanete es un padecimiento progresivo. Se inicia con la inclinación del dedo gordo que, a través de los años, modifica gradualmente el ángulo de los huesos produciendo gradualmente la protuberancia característica, la cual se vuelve cada vez más prominente. Generalmente los síntomas del juanete aparecen en las



etapas más avanzadas; sin embargo algunas personas nunca sufren de síntoma alguno.

¿Qué causa los juanetes?

Generalmente los juanetes son causados por un defecto hereditario en la estructura mecánica del pie. El juanete en sí mismo no es hereditario; sin embargo, determinados tipos de pie son más propensos a desarrollar juanetes.

El uso de un calzado que apriete los dedos no es la causa principal de la formación del juanete, sin embargo, puede contribuir a aumentar progresivamente esta deformidad. Esto significa que usted puede sufrir los síntomas antes.

Síntomas

Generalmente los síntomas aparecen cuando se usa un calzado que aprieta los dedos: zapatos de punta angosta o tacones altos. Esto explica

por qué las mujeres tienen mayores probabilidades a desarrollar los síntomas que los hombres. Además, el permanecer de pie por largos períodos de tiempo, puede empeorar los síntomas del juanete.

Los síntomas que aparecen con el juanete son los siguientes:

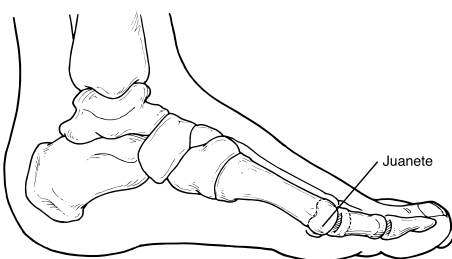
- Dolor o ulceración
- Inflamación y enrojecimiento
- Una sensación de ardor
- A veces, entumecimiento

Otras dolencias que pueden aparecer con el juanete son: callos en el dedo pulgar, llagas entre los dedos, uñas encarnadas y una movilidad restringida del pie.

Diagnóstico

El juanete se identifica fácilmente ya que es posible ver la protuberancia en la base del dedo gordo o a un lado del pie. Sin embargo, para diagnosticar el trastorno en forma exacta, el cirujano podiátrico especialista en pies y tobillos, puede tomar rayos X para determinar el grado de la deformidad y evaluar los cambios ocurridos.

El juanete no sanará solo y generalmente empeorará, ya que es una deformidad progresiva. Pero todos los casos son diferentes: algunos juanetes empeoran con mayor rapidez que otros. Una vez que el cirujano podiátrico ha evaluado su caso particular, podrá desarrollar un tratamiento ajustado a sus necesidades.



Tratamiento

A veces el seguimiento del desarrollo del juanete es suficiente. Una evaluación médica periódica y el estudio de los rayos X podrán determinar el avance de la deformación por juanete y así reducir las posibilidades de que ocurra un daño irreparable en la articulación. Sin embargo, en otros casos es necesario algún tipo de tratamiento.

El tratamiento temprano aliviará el dolor causado por los juanetes, pero no revertirá la deformidad. Las opciones son:

- **Cambio de calzado** Es muy importante usar un tipo de calzado apropiado. Elija zapatos de horma ancha en la zona de los dedos y evite aquellos que terminen en punta o que tengan tacos altos, los cuales pueden empeorar su trastorno.
- **Almohadillas** Las almohadillas colocadas sobre el área del juanete ayudan a minimizar el dolor. Puede obtener las almohadillas para juanetes de su cirujano podiátrico o comprarlas en una droguería.

- **Modificación de actividades** Evite actividades que causen dolores en los juanetes, incluyendo el permanecer de pie por largos períodos.
- **Medicamentos** Los medicamentos anti-inflamatorios no-esteroides como el ibuprofeno, pueden ayudarlo a aliviar los dolores.
- **Hielo** Aplique bolsas de hielo varias veces al día para ayudar a reducir la inflamación y el dolor.
- **Terapia de inyección** Las inyecciones de corticoesteroides pueden ayudar en el tratamiento de la inflamación de la bursa (saco de fluidos ubicado en las articulaciones) que a veces aparece con el juanete, aunque estas inyecciones rara vez se utilizan en el tratamiento del juanete.
- **Artículos ortopédicos** En algunos casos, el traumatólogo podrá recomendar artículos ortopédicos comunes.

¿Cuándo es necesaria la cirugía?

Cuando el dolor causado por los juanetes interfiere con las actividades diarias, ha llegado el momento de

considerar las opciones quirúrgicas con su cirujano podiátrico. Juntos podrán determinar si la cirugía es lo mejor para usted.

La aplicación de los últimos avances en las técnicas quirúrgicas ha obtenido un alto índice de éxitos en el tratamiento del juanete.

Existe una amplia gama de procedimientos quirúrgicos que puede aplicarse al tratamiento del juanete. Estos procedimientos fueron ideados para remover la protuberancia del hueso, corregir los cambios en la estructura del hueso, y corregir las modificaciones del tejido blando que pudieran haber ocurrido. El fin de estas correcciones es la eliminación del dolor.

El cirujano podiátrico tomará en consideración la magnitud de la deformidad basada en los resultados de los rayos X, la edad, el nivel de actividad y otros factores, para determinar el procedimiento o la combinación de procedimientos para su caso en particular. La duración del período de recuperación variará de acuerdo al procedimiento o a los procedimientos realizados. ▲

