

HERMAN ZARATE, DPM

7610 Carroll Ave Suite 350
Takoma Park, MD 20912

6510 Kenilworth Ave Suite 2100
Riverdale, MD 20737

13900 Baltimore Ave
Laurel, MD 20707

TEL. 301-927-9005

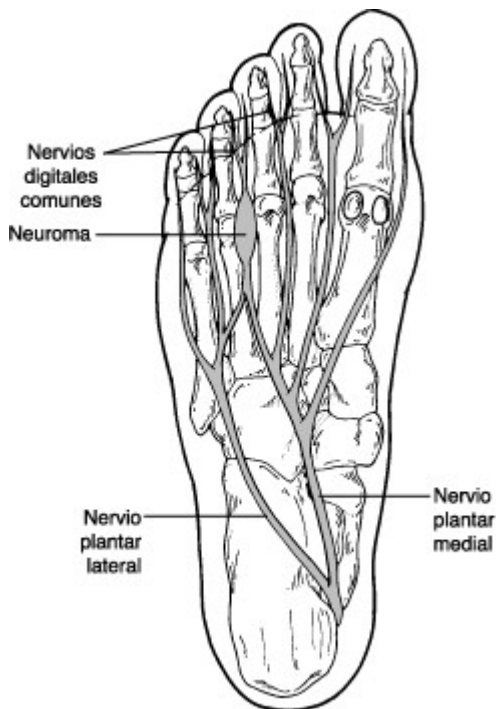
FAX 301-927-1313

Neuroma de Morton

¿Qué es el Neuroma de Morton?

Un neuroma es el engrosamiento del tejido de un nervio que puede desarrollarse en distintas partes del cuerpo. El neuroma más común en el pie es el Neuroma de Morton, el cual aparece en la base del tercer y cuarto dedo. A veces se denomina neuroma intermetatarsiano. "Intermetatarsiano" describe su ubicación: en la base del pie, entre los huesos metatarsianos (los huesos que se extienden desde los dedos hasta la mitad del pie). Los neuromas también pueden aparecer en otras zonas del pie.

La compresión e irritación de este nervio causa el engrosamiento o la dilatación del mismo. Esta compresión causa la hinchazón del nervio, lo cuál puede, eventualmente, llevar a un daño permanente del mismo.



y los cambios temporales se vuelven permanentes.

Síntomas del Neuroma de Morton

Si usted sufre de Neuroma de Morton, probablemente tenga algunos de los siguientes síntomas en la zona del nervio dañado:

- Hormigueos, ardor o entumecimiento
- Dolor
- La sensación de que tiene algo en de la base de los dedos, que el calzado está levantado o que la media se ha apiñado.

El Neuroma de Morton muchas veces progresa de la siguiente manera:

- Los síntomas se inician gradualmente. Primero suceden solo ocasionalmente cuando usa calzados de horma angosta o cuando realiza alguna actividad intensa.
- Estos síntomas pueden desaparecer temporalmente masajeando el pie, evitando calzados angostos o actividades intensas.
- Luego de algún tiempo los síntomas empeoran progresivamente y pueden persistir durante días o semanas.
- Los síntomas se intensifican cuando el neuroma se dilata

¿Qué Causa el Neuroma?

Cualquier cosa que cause la compresión o irritación del nervio puede desembocar en un neuroma. Una de las causas más comunes es el uso de calzados de punta angosta, o de tacos altos que empujan a los dedos contra la punta del mismo.

Las personas con ciertas deformidades en los pies, como por ejemplo buniones (juanetes), dedos en martillo, pie plano o pies más flexibles, tienen mayores probabilidades de desarrollar un neuroma. Otras causas potenciales son las actividades que involucran la irritación reiterada de la base de los dedos, como por ejemplo correr o los juegos de raqueta. Una herida o algún tipo de trauma en la zona, también puede causar un neuroma.

Diagnóstico

Para llegar a un diagnóstico, el cirujano podiátrico especializado en pies y tobillos deberá estudiar su historia clínica y examinar el pie. Durante el examen físico, el médico intentará reproducir los síntomas manipulando el pie. También puede realizar otros exámenes.

El mejor momento para consultar a un cirujano podiátrico es durante el desarrollo de los primeros síntomas. El diagnóstico temprano del neuroma de Morton disminuye en forma importante la necesidad de tratamientos invasivos y puede, incluso, evitar la cirugía.

Tratamientos

Para planificar el tratamiento, el cirujano podiátrico determinará primero desde cuándo tiene el neuroma y evaluará en qué etapa de desarrollo se encuentra. El tipo de tratamiento variará de acuerdo a la gravedad de su problema.

En casos de neuromas leves a moderados, las opciones de tratamiento son las siguientes:

- **Uso de plantales.** Las técnicas de los plantales proveen un soporte para el arco metatarsiano que reduce la presión en los nervios y disminuye la compresión al caminar.
- **Hielo.** La colocación de hielo sobre el área afectada ayuda a reducir la inflamación.
- **Artículos ortopédicos.** El cirujano podiátrico puede proporcionarle algunos artículos ortopédicos comunes que le brindarán el soporte que necesita para disminuir la presión y compresión en el nervio.
- **Modificación de actividades.** Se deberá evitar aquellas actividades que resulten en una presión reiterada en el neuroma hasta que el trastorno mejore.
- **Cambios de calzado.** Es importante usar calzados con puntas amplias y evitar aquellos calzados con puntas angostas o tacos altos.
- **Medicación.** Los medicamentos anti-inflamatorios no-esteroides (NSAID por sus siglas en inglés) como el ibuprofeno pueden ayudar a reducir el dolor y la inflamación.
- **Terapia de inyecciones.** Si no se presentan mejoras significativas luego del tratamiento inicial, puede intentarse una terapia inyectable.

¿Cuándo es Necesaria la Cirugía?

La cirugía se toma en consideración en aquellos pacientes para los cuales los demás tratamientos no han brindado un alivio adecuado. Generalmente hay dos métodos quirúrgicos posibles para el tratamiento de neuromas: la remoción o liberación del nervio. El cirujano podiátrico determinará cuál de estos métodos se ajusta mejor a su trastorno.

La duración del período de recuperación variará de acuerdo al procedimiento o los procedimientos realizados.

Independientemente de que el tratamiento aplicado haya sido quirúrgico o no, el cirujano podiátrico recomendará medidas a largo plazo para prevenir que los síntomas vuelvan a aparecer. Éstos incluirán el uso de calzado apropiado y la modificación de las actividades que causen presión reiterada en el pie.