

# Osteoartritis del Pie y el Tobillo



American College of  
Foot and Ankle Surgeons®

## ¿Qué es la osteoartritis?

La osteoartritis es una condición que se caracteriza por el desgaste o la eventual pérdida de cartílago en una o más articulaciones. El cartílago (el tejido conjuntivo que se encuentra en la terminación de los huesos en las articulaciones) protege y amortigua los efectos del movimiento sobre los huesos. Cuando el cartílago se deteriora o se pierde, se desarrollan síntomas que pueden limitar la fácil ejecución de las tareas diarias.

La osteoartritis es conocida también como artritis degenerativa, que refleja su característica de desarrollarse como parte de un proceso de envejecimiento. La osteoartritis, como la forma más común de artritis, afecta a millones de estadounidenses. Algunas personas se refieren a la osteoartritis simplemente como artritis, incluso a pesar de que existen más de 100 tipos diferentes de artritis.

La osteoartritis se presenta en varias articulaciones en todo el cuerpo, incluso en manos, pies, columna vertebral, caderas y rodillas. En el pie, esta enfermedad se encuentra con mayor frecuencia en el dedo gordo, aunque también puede encontrarse en el pie medio y en el tobillo.

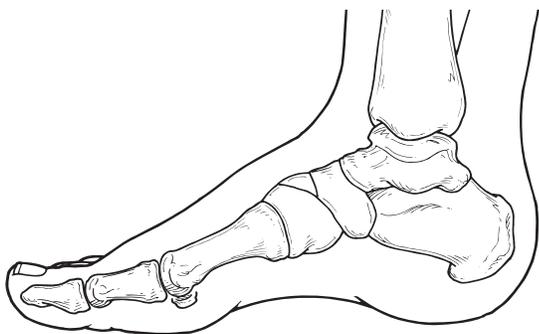
## Causas

La osteoartritis es considerada una enfermedad de “uso y desgaste” porque el cartílago en la articulación se desgasta con la tensión reiterada y el uso a través del tiempo. A medida que el

cartílago se deteriora y se hace más delgado, los huesos pierden su cubierta de protección y eventualmente rozan entre sí, provocando dolor y la inflamación en la articulación.

También una lesión puede conducir a la osteoartritis, aunque puede tomar meses o años después de la misma para que esta condición se desarrolle. Por ejemplo, la osteoartritis en el dedo gordo del pie con frecuencia es causada por patear o apretar el dedo o por dejar caer algo sobre el mismo. La osteoartritis en el pie medio a menudo es causada por dejar caer algo sobre él o por una fisura o una fractura. En el tobillo, la osteoartritis generalmente es provocada por una fractura y ocasionalmente por una dislocación importante.

A veces la osteoartritis se desarrolla como consecuencia de un funcionamiento anormal del pie, como pie plano o arcos pronunciados. El pie plano provoca una menor estabilidad en los ligamentos (cordones de tejido que conectan los huesos), resultando en una carga excesiva sobre las articulaciones. Un arco pronunciado es rígido y carece de movilidad, provocando el bloqueo de las articulaciones, lo cual crea un creciente riesgo de artritis.



## Osteoartritis del Pie y el Tobillo *continuó*



American College of  
Foot and Ankle Surgeons®

### Síntomas

Las personas que padecen osteoartritis en el pie o en el tobillo presentan, en diferentes grados, una o más de las siguientes manifestaciones:

- Dolor y rigidez en la articulación
- Inflamación en o cerca de la articulación
- Dificultad para caminar o flexionar la articulación

Algunos pacientes con osteoartritis también desarrollan una desviación ósea (o una protuberancia ósea) en la articulación afectada. La presión del calzado puede provocar dolor en la zona de la desviación ósea y en algunos casos pueden formarse ampollas y callosidades sobre su superficie. Las protuberancias óseas también pueden limitar el movimiento de la articulación.

### Diagnóstico

Para diagnosticar la osteoartritis, el médico especialista en pie y tobillo examina el pie cuidadosamente en busca de articulaciones inflamadas, limitación de movimientos y dolor con el movimiento. En algunos casos se puede notar una deformación y/o prolongación (desviación) en la articulación. El médico puede indicar rayos X como apoyo para evaluar el alcance de la enfermedad.

### Tratamiento no quirúrgico

Para ayudar a aliviar los síntomas, el médico puede comenzar el tratamiento de la osteoartritis con uno o más de los siguientes métodos no quirúrgicos:

- **Medicamentos orales.** Los medicamentos antiinflamatorios no esteroides (NSAID), tales como el ibuprofeno, con frecuencia ayudan a reducir el dolor y la inflamación. Ocasionalmente

se requiere la indicación de un medicamento esteroide para reducir los síntomas adecuadamente.

- **Dispositivos ortopédicos.** Con frecuencia se indican dispositivos ortopédicos a medida (plantillas ortopédicas) para ayudar a mejorar el funcionamiento del pie o para aportar amortiguación para minimizar el dolor.
- **Ortesis.** La utilización de ortesis, que restringe el movimiento y brinda soporte a la articulación, puede reducir el dolor durante el andar y ayudar a evitar deformaciones posteriores.
- **Inmovilización.** Posiblemente sea necesario el uso de un yeso cerrado o una bota de yeso removible para evitar el movimiento del pie y ayudar a reducir la inflamación.
- **Inyecciones de esteroides.** En algunos casos se aplican inyecciones de esteroides en la articulación afectada para suministrar medicación antiinflamatoria.
- **Terapia física.** Los ejercicios para fortalecer los músculos, especialmente cuando se presenta la osteoartritis en el tobillo, pueden ofrecer mayor estabilidad al paciente y ayudar a evitar lesiones que pudieran empeorar el padecimiento.

### ¿Cuándo se necesita la cirugía?

Si el tratamiento no quirúrgico no logra reducir en forma adecuada el dolor asociado a la osteoartritis, se puede recomendar la cirugía. En los casos avanzados, ésta puede ser la única opción. El objetivo de la cirugía es reducir el dolor y mejorar la función. El médico de pie y tobillo considera varios factores para seleccionar el procedimiento más adecuado según la condición y el estilo de vida del paciente. ■



American College of  
Foot and Ankle Surgeons®

Esta información ha sido preparado por el Comité de Educación Pública de la American College of Foot and Ankle Surgeons, una organización profesional de 6.000 cirujanos de pie y tobillo. Miembros de la organización son doctores de medicina podiátrica que han completado internados en cirugía.

Esta organización tiene el proposito de adelantar el cuidado de los pacientes con problemas del pie o el tobillo por educación, investigación, y la promoción de normas superiores de la profesión.

Copyright © 2010, American College of Foot and Ankle Surgeons • [www.FootHealthFacts.org](http://www.FootHealthFacts.org)