

Dedo en Martillo

¿Qué es el Dedos Martillos?

El Dedos Martillos es una contractura o flexión de una o ambas articulaciones del segundo, tercero, cuarto o quinto (pequeño) dedo del pie. Esta flexión anormal puede presionar sobre el dedo durante el uso de calzado, causando el desarrollo de algunos problemas.

Los Dedos Martillos generalmente se inician como deformaciones leves y empeoran progresivamente con el tiempo. En etapas tempranas, los Dedos Martillos son flexibles y los síntomas generalmente pueden ser tratados con medidas no invasivas. Pero si no se tratan, los Dedos Martillos pueden volverse más rígidos y responderán solamente a tratamientos quirúrgicos.

Como la naturaleza del Dedos Martillos es progresiva, es necesario recibir atención temprana. El Dedos Martillos nunca mejorará sin algún tipo de intervención.

Causas

La causa más común del Dedo Martillos es un desequilibrio entre el músculo y el tendón. Este desequilibrio, que lleva a la flexión del dedo, es el resultado de cambios mecánicos (estructurales) en el pie que aparecen en algunas personas a través del tiempo.

El Dedos Martillos muchas veces empeora por el uso de calzado que no se ajusta adecuadamente. Un Dedos Martillos se puede desarrollar cuando un dedo demasiado largo es forzado a adoptar una posición constreñida debido al uso de un zapato apretado.

Ocasionalmente, el Dedos Martillos es causado por algún tipo de traumatismo en el dedo gordo. En algunas personas, el Dedos Martillos es hereditario.

Síntomas

Los síntomas comunes del Dedos Martillos incluyen:

- Dolor o irritación del dedo afectado con el uso de calzado.
- Callos y callosidades (acumulación de piel) en el dedo, entre dos dedos o en la parte lateral del pie. Los callos se crean por la constante fricción contra el zapato. Pueden ser duros o blandos, dependiendo de su ubicación.
- Inflamación, enrojecimiento o sensación de ardor
- Contractura del dedo gordo
- En casos más severos de Dedos Martillos, se pueden formar ulceraciones abiertas

Diagnóstico

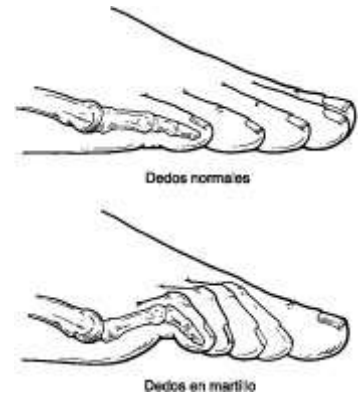
Aunque los Dedos Martillos son fácilmente visibles, para llegar a un diagnóstico el médico especialista en pie y tobillo obtendrá un historial completo de sus síntomas y examinará su pie. Durante el examen físico, el médico puede intentar reproducir sus síntomas manipulando su pie y estudiará las contracturas de los dedos. Además, el médico especialista en pie y tobillo puede tomar rayos X para determinar el grado de las deformidades y evaluar los cambios ocurridos.

El Dedos Martillos no sanará solo y generalmente empeorará, ya que es una deformidad progresiva. Sin embargo, no todos los casos son iguales: algunos Dedos Martillos 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 no quirúrgico

Existe una variedad de tratamientos para el Dedos Martillos. El tratamiento que usted y el médico especialista en pie y tobillo elijan dependerá de la gravedad del Dedos Martillos y de otros factores.

Es posible tomar distintas medidas no quirúrgicas:



- **Proteger los callos y las callosidades con almohadillas.** Su médico especialista en pie y tobillo puede proporcionarle o recetarle almohadillas diseñadas para proteger los callos de las irritaciones. Si prefiere comprar las almohadillas comunes que se venden en cualquier farmacia, evite las que vienen medicadas. Las almohadillas medicadas generalmente no se recomiendan porque pueden contener pequeñas cantidades de ácido, el cual puede ser dañino. Consulte esta opción con su médico.
- **Cambio de calzado.** Evite el calzado de puntas angostas, corto o de tacones altos; todos estos tipos de calzado pueden forzar sus dedos contra el frente del calzado. En cambio, elija calzado cómodo con puntas anchas y profundas y tacones de no más de dos pulgadas.
- **Dispositivos ortopédicos.** La colocación de un dispositivo ortopédico adaptado en su zapato puede ayudar a controlar el desequilibrio del músculo/tendón.
- **Terapia de inyección.** A veces se recomiendan inyecciones de corticosteroides para aliviar el dolor y la inflamación causados por el Dedo Martillos.
- **Medicación.** Los medicamentos orales antiinflamatorios no esteroideos (NSAID), como el ibuprofeno, pueden ayudar a reducir el dolor y la inflamación.
- **Entablillado/vendajes.** El médico puede entablillar o utilizar vendajes para volver a alinear el dedo flexionado.

¿Cuándo se necesita la cirugía?

En algunos casos, cuando el Dedo Martillos se ha vuelto más rígido y doloroso, o cuando se ha formado una ulceración abierta, es necesaria la cirugía.

Muchas veces los pacientes con dedo en martillo tienen buniones (juanetes) u otras deformidades que se corrigen al mismo tiempo. Al seleccionar el procedimiento o la combinación de procedimientos para su caso particular, el médico de pie y tobillo tomará en consideración el alcance de su deformidad, el número de los dedos involucrados, su edad, su nivel de actividad y otros factores. La longitud del periodo de recuperación podrá variar, dependiendo del procedimiento o procedimientos realizados.