

Neuroma de Morton

¿Qué es un neuroma?

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 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 cual puede, eventualmente, llevar a un daño permanente del mismo.



Causas

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 calzado de punta angosta, o de tacones altos que empujan a los dedos contra la punta del mismo.

Las personas con ciertas deformidades de 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 del pie, como por ejemplo correr o los juegos de raqueta. Una lesión u otro tipo de traumatismo en la zona también pueden causar un neuroma.

Síntomas

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 la base del pie
- La sensación de que tiene algo en el calzado o que una media se ha recogido

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

- Los síntomas se inician gradualmente. Primero suceden sólo ocasionalmente cuando usa calzado de horma angosta o cuando realiza alguna actividad intensa.
- Los síntomas pueden desaparecer temporalmente retirando el calzado, dando masaje al pie o evitando el calzado angosto o las 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 y los cambios temporales se vuelven permanentes.

Diagnóstico

Para llegar a un diagnóstico el médico especialista en pie y tobillo debe obtener un historial completo de sus síntomas y examinar su pie. Durante el examen físico, el médico puede intentar reproducir sus síntomas manipulando su pie. También puede realizar otros exámenes o solicitar estudios de imagen diagnóstica.

El mejor momento para consultar al médico especialista en pie y tobillo es durante el desarrollo de los primeros síntomas. El diagnóstico temprano del neuroma de Morton disminuye en forma importante la necesidad de tratamientos más invasivos y puede, incluso, evitar la cirugía.

Tratamiento no quirúrgico

Para planificar el tratamiento, el médico especialista en pie y tobillo primero determinará desde cuándo tiene el neuroma y evaluará en qué etapa de desarrollo se encuentra. El tipo de tratamiento variará de acuerdo con la gravedad

de su problema.

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

- **Almohadillas.** Las técnicas de las almohadillas brindan 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.
- **Dispositivos ortopédicos.** El médico de pie y tobillo puede recomendarle dispositivos ortopédicos a la medida que le brindan el soporte necesario para reducir la presión y la compresión del nervio.
- **Modificación de actividades.** Se deberán evitar aquellas actividades que resulten en una presión reiterada en el neuroma hasta que el trastorno mejore.
- **Modificaciones del calzado.** Es importante usar calzado de horma ancha y evitar el calzado con puntas angostas o tacones altos.
- **Medicación.** Los medicamentos orales antiinflamatorios no esteroideos (NSAID), como el ibuprofeno, pueden ayudar a reducir el dolor y la inflamación.
- **Terapia de inyección.** El tratamiento puede incluir inyecciones de cortisona, anestésicos locales u otros agentes.

¿Cuándo se necesita la cirugía?

Puede evaluarse la necesidad de realizar una cirugía en aquellos pacientes que no hayan respondido adecuadamente a tratamientos no quirúrgicos. El médico especialista de pie y tobillo determinará el método que es mejor para su condición. La longitud del periodo de recuperación podrá variar, dependiendo del procedimiento realizado.

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