



Mira el video

Juanete



Descripción general

Esta deformidad afecta la articulación en la base de dedo gordo del pie. Es una protuberancia ósea debajo de la piel, en el lado interior del pie. Un juanete comienza siendo pequeño, pero con el tiempo puede crecer y volverse muy grande. Los juanetes son más comunes en las mujeres.

Causas

El juanete se desarrolla debido a un desequilibrio de presión sobre su pie. Este desequilibrio hace que la articulación de su dedo gordo se vuelva inestable. Los huesos del dedo gordo del pie comienzan a desplazarse y a formar un ángulo, apuntando hacia el segundo dedo. La presión constante hace que la cabeza de su metatarso (el hueso que está en la base de su dedo del pie) se irrite. Este se agranda gradualmente formando una bulto.

Factores de riesgo

El uso de zapatos de tacón alto y de zapatos demasiado ajustados o demasiado angostos aumenta su riesgo de desarrollar juanetes. Los juanetes también han sido relacionados con problemas en la estructura del pie y con la artritis.

Síntomas

El síntoma más obvio de un juanete es un bulto visible en la base del dedo gordo del pie. Es posible que experimente dolor, hinchazón y enrojecimiento alrededor de la articulación afectada. Es posible que la piel se engrose. Es posible que el dedo gordo se desvíe hacia adentro. Es posible que se monte por encima o que se deslice por debajo de sus otros dedos. Esto puede resultar en callosidades o callos.

Tratamiento

Las opciones de tratamiento dependen de la gravedad de su juanete. Le puede resultar beneficioso el uso de zapatos que den a sus dedos un mayor espacio. Las plantillas o dispositivos ortopédicos pueden serle de beneficio. Es posible que los medicamentos para controlar el dolor y la hinchazón y la aplicación de hielo al juanete le resulten beneficiosos. Si estos métodos no resultan útiles es posible que sea necesario un procedimiento quirúrgico. Su proveedor de atención médica puede crear un plan de cuidados que sea el adecuado para sus necesidades.