



Mira el video

Metatarsalgia



Descripción general

La parte delantera de su pie, a nivel del metatarso, absorbe mucha tensión cuando usted corre y salta. Esta puede lesionarse y doler. A este dolor le llamamos "metatarsalgia". El dolor puede impedirle hacer ejercicios y practicar deportes. Y puede ser un problema para las personas activas.

Causas

La metatarsalgia es a menudo causada por el uso excesivo. Pero también hay otras cosas que pueden causarla. Puede ocurrir porque usted tiene sobrepeso o porque sus zapatos no le quedan bien. Puede desarrollarse debido a la forma de sus pies. Y también puede desarrollarse porque usted tiene una deformidad en su pie u otro problema, tal como un tendón de Aquiles demasiado tenso.

Síntomas

Si usted tiene esta afección, el área anterior de su pie presenta dolor. Este dolor puede ser agudo. Puede sentir ardor o quemazón. Puede tener la sensación de estar parado sobre una piedra. Es posible que sienta dolor, entumecimiento u hormigueo en sus dedos del pie. Su dolor empeorará cuando esté activo y mejorará al descansar.

Tratamiento

El dolor de la metatarsalgia puede tratarse con descanso, hielo y medicamentos. Usar calzado que le quede bien puede ser de ayuda. Las plantillas ortopédicas pueden ayudar también. Si nada de eso resulta de utilidad, es posible que requiera cirugía para corregir un problema en su pie.