



Fractura navicular por esfuerzo

PIE SANO



Descripción general

Esta condición es una lesión del navicular, uno de los huesos del tarso de la parte media del pie. Este tipo de lesión es común en atletas, particularmente aquellos que participan en deportes de alto impacto que requieren saltar, carreras a velocidad y cambios repentinos de dirección. Los atletas de pista y de campo son particularmente susceptibles a esta lesión.

Causas

La fractura navicular por esfuerzo es causada por un esfuerzo repetitivo sobre el hueso navicular. La misma se puede producir a causa de una anomalía estructural del pie, baja densidad ósea, mal acondicionamiento atlético, así como del uso de equipos atléticos gastados o inadecuados.

Síntomas

Los síntomas incluyen dolor en la parte media del pie que aumenta con la actividad física y se resuelve con reposo, sensibilidad al presionar el hueso navicular durante un examen, y leve inflamación de la parte media del pie. El diagnóstico de la fractura navicular por esfuerzo normalmente requiere estudios de tomografía y resonancia magnética, pero en algunos casos puede verse con rayos X.

Tratamiento

El tratamiento para este tipo de fractura es un yeso corto en la pierna y uso de muletas de seis a ocho semanas. En algunos casos, se puede requerir cirugía para estabilizar el hueso navicular con un tornillo. También se puede usar un dispositivo de estimulación ósea para ayudar a soldar la fractura.