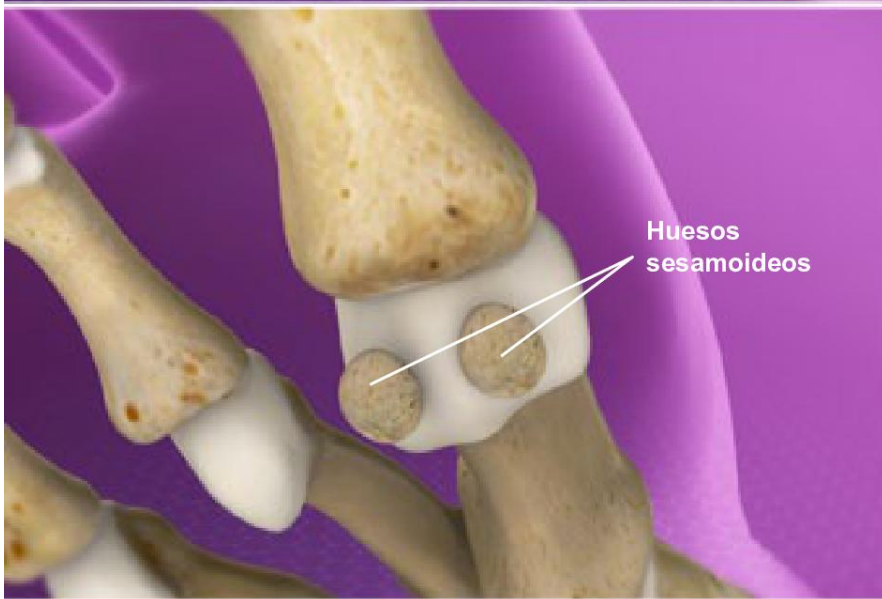




Sesamoiditis



Descripción general

Esta lesión involucra dos pequeños huesos que se encuentran en la planta del pie, cerca del dedo gordo. Se les llama huesos "sesamoideos". No están directamente conectados a otros huesos del pie. Por el contrario, los sesamoideos están incrustados en tendones. Con la sesamoiditis, estos huesos y los tendones que los rodean se irritan y se inflaman.

Causas

La sesamoiditis es una lesión por uso excesivo. Es causado por esfuerzo repetido. Puede ser un problema para bailarines y corredores. También es un problema para los receptores de béisbol, porque ejercen constante presión sobre los sesamoideos cuando se ponen en cuclillas.

Síntomas

La sesamoiditis produce dolor en la parte anterior de la planta de su pie. Se puede desarrollar gradualmente o puede ocurrir repentinamente. Es posible que tenga hinchazón, moretones y problemas para mover su dedo gordo. Su dolor puede ir y venir.

Tratamiento

Las opciones de tratamiento incluyen descanso, medicamentos, almohadillas amortiguadoras y colocación de cinta en su dedo gordo. Es posible que se beneficie con una férula en su pierna y con terapia física. Su proveedor de salud puede crear un plan de cuidados que sea adecuado para usted.