

# BUNIONES (JUANETE)



American College of  
Foot and Ankle Surgeons

**E**l juanete es una deformidad común en el pie, sin embargo, existen conceptos equivocados acerca del mismo. Muchas personas pueden sufrir innecesariamente de los dolores causados por el juanete durante años, antes de buscar un tratamiento.

## Que es el juanete?

Generalmente se describe el juanete como una protuberancia a un lado del dedo gordo. Pero un juanete es más que eso. La protuberancia visible en realidad refleja cambios en el marco óseo de la parte frontal del pie. Cuando hay un juanete, el dedo gordo se apoya sobre el segundo dedo en vez de apuntar hacia delante. Esto desalinea a los huesos produciendo la protuberancia del juanete.

El juanete es un padecimiento progresivo. Se inicia con la inclinación del dedo gordo que, a través de los años, modifica gradualmente el ángulo de los huesos produciendo gradualmente la protuberancia característica, la cual se vuelve cada vez más prominente. Generalmente los síntomas del juanete aparecen en las



etapas más avanzadas; sin embargo algunas personas nunca sufren de síntoma alguno.

## ¿Que causa los juanetes?

Generalmente los juanetes son causados por un defecto hereditario en la estructura mecánica del pie. El juanete en sí mismo no es hereditario; sin embargo, determinados tipos de pie son más propensos a desarrollar juanetes.

El uso de un calzado que apriete los dedos no es la causa principal de la formación del juanete, sin embargo, puede contribuir a aumentar progresivamente esta deformidad. Esto significa que usted puede sufrir los síntomas antes.

## Sintomas

Generalmente los síntomas aparecen cuando se usa un calzado que aprieta los dedos: zapatos de punta angosta o tacones altos. Esto explica

por que las mujeres tienen mayores probabilidades a desarrollar los síntomas que los hombres. Además, el permanecer de pie por largos periodos de tiempo, puede empeorar los síntomas del juanete.

Los síntomas que aparecen con el juanete son los siguientes:

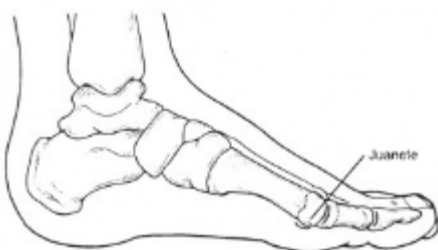
- Dolor o ulceración
- Inflamación y enrojecimiento
- Una sensación de ardor
- A veces, entumecimiento

Otras dolencias que pueden aparecer con el juanete son: callos en el dedo pulgar, llagas entre los dedos, uñas encarnadas y una movilidad restringida del pie.

## Diagnostico

El juanete se identifica fácilmente ya que es posible ver la protuberancia en la base del dedo gordo o a un lado del pie. Sin embargo, para diagnosticar el trastorno en forma exacta, el cirujano podiatra especialista en pies y tobillos, puede tomar rayos X para determinar el grado de la deformidad y evaluar los cambios ocurridos.

El juanete no sanará solo y generalmente empeorará, ya que es una deformidad progresiva. Pero todos los casos son diferentes: algunos juanetes empeoran con mayor rapidez que otros. Una vez que el cirujano podiatra ha evaluado su caso particular, podrá desarrollar un tratamiento ajustado a sus necesidades.



## Tratamiento

A veces el seguimiento del desarrollo del juanete es suficiente. Una evaluación medica periódica y el estudio de los rayos X podran determinar el avarice de la deformación por juanete y asi reducir las posibilidades de que ocurra un dafio irreparable en la articulación. Sin embargo, en otros casos es necesario algun tipo de tratamiento.

El tratamiento temprano aliviara el dolor causado por los juanetes, pero no revertira la deformidad. Las opciones son:

- *Cambia de calzado* Es muy importante usar un tipo de calzado apropiado. Elija zapatos de horma ancha en la zona de los dedos y evite aquellos que terminen en punta o que tengan tacos altos, los cuales pueden empeorar su trastorno.
- *Almohadillas* Las almohadillas colocadas sobre el area de! juanete ayudan a minimizar el dolor. Puede obtener las almohadillas para juanetes de su cirujano podiatrico o comprarlas en una drogueria.
- *Modificación de actividades* Evite actividades que causen dolores en los juanetes, incluyendo el permanecer de pie por largos periodos,
- *Medicamentos* Los medicamentos anti-inflamatorios no-esteroides *coma* el ibuprofeno, pueden ayudarlo a aliviar los dolores.
- *Hielo* Aplique balsas de hielo varias veces al dia para ayudar a reducir la inflamación y el dolor.
- *Terapia de inyección* Las inyecciones de corticoesteroides pueden ayudar en el tratamiento de la inflamación de la bursa (saco de fluidos ubicado en las articulaciones) que a veces aparece con el juanete, aunque estas inyecciones rara vez se utilizan en el tratamiento de! juanete.
- *Articulos ortopedicos* En algunos casos, el traumatólogo podra recomendar articulos ortopedicos comunes.

## Cuando es necesaria la cirugía?

Cuando el dolor causado por los juanetes interfiere con las actividades diarias, ha llegado el momento de

considerar las opciones quirurgicas con su cirujano podiatrico, Juntos podran determinar si la cirugía es lo mejor para usted.

La aplicacion de los ultimas avances en las tecnicas quirurgicas ha obtenido un alto indice de exitos en el tratamiento del juanete.

Existe una amplia gama de procedimientos quirurgicos que puede aplicarse al tratamiento del juanete. Estos procedimientos fueron ideados para remover la protuberancia del hueso, corregir los cambios en la estructura del hueso, y corregir las modificaciones de! tejido blando que pudieran haber ocurrido. El fin de estas correcciones es la eliminación del dolor.

El cirujano podiatrico tomara en consideración la magnitud de la deformidad basada en los resultados de los rayos X, la edad, el nivel de actividad y otros factores, para determinar el procedimiento o la combinación de procedimientos para su caso en particular. La duración del periodo de recuperación variara de acuerdo al procedimiento o a los procedimientos realizados .