

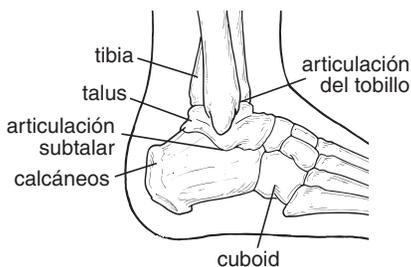
FRACTURAS DEL CALCÁNEO (FRACTURAS DEL HUESO DEL TALÓN)



American College of
Foot and Ankle Surgeons

¿Qué es el Calcáneo?

El calcáneo, llamado también hueso del talón, es un hueso grande que forma el cimiento para la parte trasera del pie. El calcáneo se conecta con los huesos astrágalo y cuboide. La conexión entre el astrágalo y el calcáneo forma la articulación subtalar. Esta articulación es importante para el funcionamiento normal del pie.



El calcáneo se compara a menudo con un huevo hervido, porque tiene una cubierta delgada y dura en su exterior y un hueso más suave y esponjoso en su interior. Cuando la cubierta externa se rompe, el hueso tiende a colapsar y fragmentarse. Por este motivo, las fracturas calcáneas son lesiones graves. Más aun, si la fractura involucra las articulaciones, existe un potencial de sufrir consecuencias a largo plazo tales como artritis o dolor crónico.

¿Cómo Ocurren las Fracturas Calcáneas?

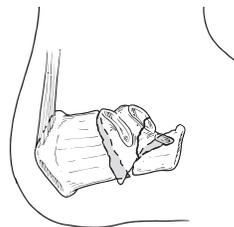
La mayoría de las fracturas calcáneas son el resultado de un evento traumático—más comúnmente, caídas desde un lugar alto, tal como

una escalera, o sufrir un accidente automovilístico en el que el talón es aplastado contra el piso. Las fracturas calcáneas también pueden ocurrir con otros tipos de lesiones, tales como un esguince de tobillo. Un número menor de fracturas calcáneas son fracturas por sobrecarga, causadas por uso excesivo o tensión repetitiva sobre el hueso del talón.

Tipos de Fracturas Calcáneas

Las fracturas del calcáneo pueden involucrar o no a la articulación subtalar y las articulaciones circundantes.

Las fracturas que involucran las articulaciones (fracturas intra-articulares) son las fracturas calcáneas más graves, e incluyen daños al cartílago (el tejido conectivo entre dos huesos). Los pronósticos de recuperación dependen de la gravedad del aplastamiento del calcáneo en el momento de la lesión.



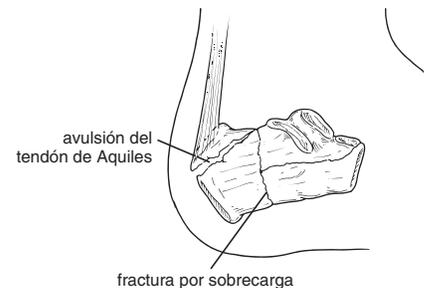
fracturas intra articulares

Entre las fracturas que no involucran la articulación (fracturas extra-articulares) se incluyen:

- Aquéllas causadas por traumas, tales como fracturas de avulsión (en las que un pedazo de hueso

- es arrancado del calcáneo por el tendón de Aquiles o un ligamento) o lesiones por aplastamiento que producen múltiples fragmentos fracturados
- Fracturas por sobrecarga, causadas por exceso de uso o lesiones leves.

La gravedad y el tratamiento de las fracturas extra-articulares dependen de su ubicación y tamaño.



fracturas extra articulares

Señales y Síntomas

Las fracturas calcáneas producen diferentes señales y síntomas, dependiendo de si son fracturas traumáticas o por sobrecarga.

Las señales y síntomas de las fracturas traumáticas pueden incluir:

- Dolor repentino en el talón e incapacidad de soportar peso en ese pie
- Hinchazón del área del talón
- Moretones en el talón y el tobillo

Las señales y síntomas de las fracturas por sobrecarga pueden incluir:

- Dolor generalizado en el área del talón que habitualmente

se desarrolla lentamente (en el transcurso de varios días a semanas)

- Hinchazón del área del talón

Diagnóstico

Para diagnosticar y evaluar una fractura calcánea, el cirujano de pie y tobillo le hará preguntas sobre cómo ocurrió la lesión, examinará el pie y el tobillo afectados, y ordenará radiografías. Además, comúnmente se requieren exámenes avanzados de imágenes diagnósticas.

Tratamiento

El tratamiento de las fracturas calcáneas depende del tipo de fractura y del grado de la lesión. El cirujano de pie y tobillo hablará con el paciente acerca del mejor tratamiento — ya sea quirúrgico o no quirúrgico — para la fractura.

Para algunas fracturas pueden usarse tratamientos no quirúrgicos. Entre éstos se incluyen:

- **Rest (reposo), ice (hielo), compression (compresión), y elevation (elevación) (R.I.C.E.)**

El *reposo* (no apoyarse sobre el pie lesionado) es necesario para permitir que la fractura se cure.

El *hielo* reduce la hinchazón y el dolor; coloque una bolsa de hielo cubierta con una toalla delgada en el área afectada. La *compresión* (envolver el pie con una venda elástica o usar una media de compresión) y la *elevación* (mantener el pie al nivel o ligeramente por encima del nivel del corazón) también reducen la hinchazón.

- **Inmovilización.** Algunas veces el pie es enyesado o se debe usar una bota de yeso para impedir que el hueso fracturado se mueva. Puede ser necesario usar muletas para evitar soportar peso sobre el pie.

Para las fracturas traumáticas, el tratamiento involucra a menudo una cirugía para reconstruir la articulación, o en casos graves, para fusionar la articulación. El cirujano elegirá el mejor tratamiento quirúrgico para el paciente.

Rehabilitación

Ya sea que el tratamiento de una fractura calcánea haya sido quirúrgico o no quirúrgico, la fisioterapia a menudo juega un papel clave en la recuperación de la fortaleza y la restauración funcional.

Complicaciones de las Fracturas Calcáneas

Las fracturas calcáneas pueden ser lesiones graves que pueden producir problemas de por vida. Con frecuencia se desarrolla artritis, rigidez y dolor en la articulación. Algunas veces el hueso fracturado no puede curarse en la posición adecuada. Otras posibles consecuencias a largo plazo de las fracturas calcáneas son una menor movilidad del tobillo y caminar cojeando debido al colapso del hueso del talón y la pérdida de longitud de la pierna. Los pacientes a menudo requieren de cirugía adicional y/o uso a largo plazo o permanente de un soporte o aparato ortopédico (soporte del arco) para ayudar a manejar estas complicaciones. ▲

