

Fracturas de Tobillo



American College of
Foot and Ankle Surgeons®

¿Qué es una fractura de tobillo?

Una fractura es una ruptura parcial o completa de un hueso. Las fracturas del tobillo pueden ir desde lesiones de avulsiones menos graves (pequeños pedazos de hueso que se han extirpado) hasta fracturas graves como fragmentaciones de la tibia, el peroné o ambos.

Las fracturas de tobillo son lesiones comunes que con mayor frecuencia son causadas por el giro del tobillo hacia adentro o hacia afuera. Muchas personas confunden una fractura de tobillo con un esguince de tobillo, pero son muy diferentes y por lo tanto requieren un diagnóstico preciso y temprano. En ocasiones ocurren simultáneamente.

Síntomas

Una fractura de tobillo está acompañada por uno o todos estos síntomas:

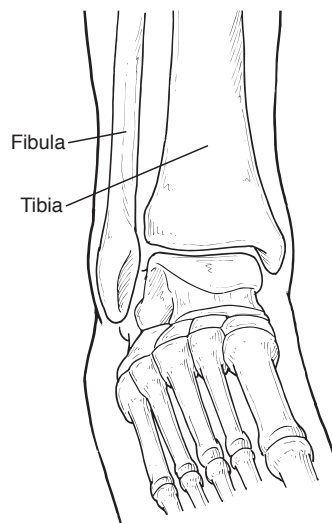
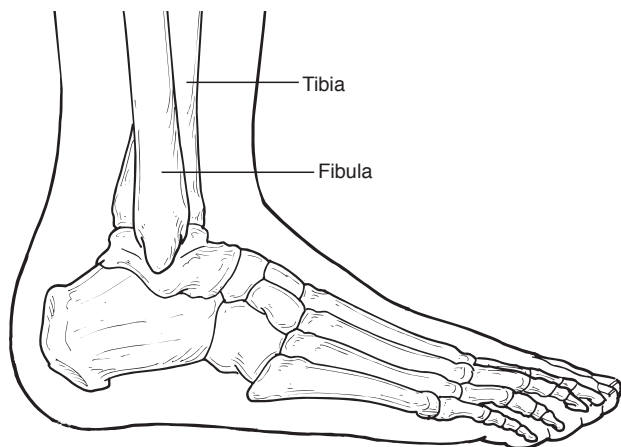
- Dolor en el sitio de la fractura, que en ocasiones puede extenderse desde el pie hasta la rodilla
- Hinchazón importante, que puede ocurrir a todo lo largo de la pierna o puede estar más localizada
- Pueden producirse ampollas sobre el sitio de la fractura. Éstas deberán ser tratadas de inmediato por un médico especialista en pie y tobillo.

- Moretones que se forman poco después de la lesión
- Incapacidad para caminar—sin embargo, *si es posible* caminar con rupturas menos graves, por lo que nunca deberá confiarse en la posibilidad de caminar como signo de que un hueso está o no fracturado
- Cambio en la apariencia del tobillo – se verá diferente al otro tobillo
- Proyección del hueso a través de la piel—un signo de que se requiere atención inmediata. Las fracturas que perforan la piel requieren atención inmediata porque pueden llevar a infecciones graves y una recuperación prolongada.

Diagnóstico

Después de una lesión en el tobillo, es importante que lo evalúe un médico especialista en pie y tobillo para obtener un diagnóstico y tratamiento adecuados. Si no puede hacerlo inmediatamente, vaya a la sala de emergencias y después consulte a un médico especialista en pie y tobillo tan pronto como le sea posible para que le efectúe una evaluación más profunda.

El médico especialista en pie y tobillo le examinará la extremidad afectada, tocándole áreas específicas para evaluar la lesión. Además, el cirujano le podrá solicitar rayos x y otros estudios de imagenología que considere necesarios.



Fracturas de Tobillo *continuó*

American College of
Foot and Ankle Surgeons®

Tratamiento no quirúrgico

El tratamiento de las fracturas de tobillo depende del tipo y la gravedad de la lesión. Al principio, el médico especialista en pie y tobillo le pedirá que siga el protocolo R.I.C.E.:

Rest (Descanse): No se apoye en el tobillo lesionado. Caminar le puede causar más lesión.

Ice (Hielo): Aplique una bolsa de hielo en el área lesionada, colocando una toalla delgada entre el hielo y la piel. Use el hielo durante 20 minutos y después espere cuando menos 40 minutos antes de volver a aplicar hielo.

Compression (Compresión): Deberá usar una banda elástica para controlar la hinchazón.

Elevation (Elevación): El tobillo deberá permanecer ligeramente por encima del nivel de su corazón a fin de reducir la hinchazón.

Las opciones adicionales de tratamiento incluyen:

- **Inmovilización.** Ciertas fracturas se tratan protegiendo y restringiendo el tobillo y el pie en un yeso o tablilla. Esto permite que sane el hueso.
- **Medicamentos recetados.** Para ayudar a aliviar el dolor, el cirujano puede prescribir medicamentos contra el dolor o antiinflamatorios.

¿Cuándo se necesita la cirugía?

En el caso de algunas fracturas de tobillo, se requiere efectuar cirugía para reparar la fractura y otras lesiones relacionadas con tejidos blandos, en caso de haberlas. El médico especialista en pie y tobillo seleccionará el procedimiento que sea apropiado para controlar su lesión.

Cuidado de seguimiento

Es importante que siga las instrucciones de su cirujano después del tratamiento. De no hacerlo así, puede presentarse infección, deformidad, artritis y dolor crónico. ■



American College of
Foot and Ankle Surgeons®

Esta información ha sido preparada por el Comité de Educación Pública de la American College of Foot and Ankle Surgeons, una organización profesional de 6.000 cirujanos de pie y tobillo. Miembros de la organización son doctores de medicina podiátrica que han completado internados en cirugía.

Esta organización tiene el propósito de adelantar el cuidado de los pacientes con problemas del pie o el tobillo por educación, investigación, y la promoción de normas superiores de la profesión.

Copyright © 2010, American College of Foot and Ankle Surgeons • www.FootHealthFacts.org