

Apofisitis del Calcáneo (Enfermedad de Sever)



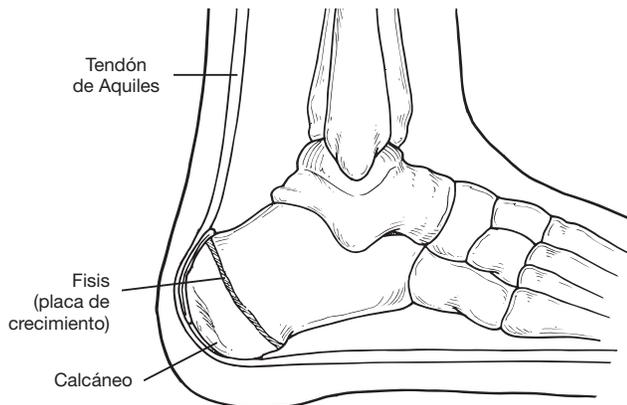
American College of
Foot and Ankle Surgeons®

¿Qué es la apofisitis del calcáneo?

La apofisitis del calcáneo es una inflamación dolorosa de la placa de crecimiento del talón. En general afecta a los niños entre 8 y 14 años de edad, porque el hueso del talón (calcáneo) no está totalmente desarrollado hasta por lo menos los 14 años. Hasta entonces se está formando hueso nuevo en la placa de crecimiento (fisis), un área débil situada en la parte posterior del talón. Cuando hay demasiada fuerza repetitiva hecha sobre la placa de crecimiento puede desarrollarse inflamación.

La apofisitis del calcáneo también se llama enfermedad de Sever, aunque no es una verdadera “enfermedad”. Es la causa más común de dolor de talón en los niños y puede ocurrir en uno o en ambos pies.

El dolor de talón en los niños es diferente del tipo más común de dolor de talón que experimentan los adultos. Mientras que el dolor de talón en los adultos en general se calma después de haber caminado por un período de tiempo, el dolor de talón pediátrico no mejora de esta manera. De hecho, generalmente caminar empeora el dolor.



Causas

El uso en exceso y la fuerza hecha sobre el hueso del talón por la práctica de deportes es una causa importante de la apofisitis del calcáneo. La placa de crecimiento es sensible a las carreras y golpes repetidos sobre superficies duras, generando tensión muscular e inflamación de los tejidos. Por esta razón, los

niños y adolescentes que practican fútbol, atletismo en pista o básquetbol son especialmente vulnerables.

Otras causas potenciales de la apofisitis del calcáneo son la obesidad, tener el tendón de Aquiles tenso y problemas biomecánicos, como el pie plano o con arco pronunciado.

Síntomas

Entre los síntomas de la apofisitis del calcáneo pueden estar los siguientes:

- Dolor en la parte posterior o inferior del talón
- Cojear
- Caminar en la punta del pie
- Dificultad para correr, saltar o participar en actividades usuales o deportes
- Dolor al apretar los lados del talón

Diagnóstico

Para diagnosticar la causa del dolor de talón de un niño y descartar otras condiciones más serias, el cirujano de pie y tobillo obtiene la historia médica detallada y formula preguntas sobre actividades recientes. Además, el cirujano examinará el pie y la pierna del niño. A menudo se usan radiografías para evaluar la condición. También pueden ordenarse otros estudios de imágenes avanzados y pruebas de laboratorio.

Tratamiento

El cirujano puede seleccionar una o más de las siguientes opciones para tratar la apofisitis del calcáneo:

- **Reducir las actividades.** El niño debe reducir o interrumpir toda actividad que le cause dolor.
- **Dar soporte al talón.** Plantillas para el zapato o dispositivos ortopédicos hechos a medida pueden brindar soporte al talón.
- **Medicación.** Las medicinas antiinflamatorias no esteroides (NSAID, por su sigla en inglés), como el ibuprofeno, ayudan a reducir el dolor y la inflamación.

Apofisitis del Calcáneo (Enfermedad de Sever) *continuó*



American College of
Foot and Ankle Surgeons®

- **Fisioterapia.** El estiramiento o las modalidades de fisioterapia a veces se usan para promover la curación del tejido inflamado.
- **Inmovilización.** En algunos casos severos de dolor de talón pediátrico puede usarse un yeso para promover la curación mientras se mantiene el pie y el tobillo totalmente inmovilizados.

A menudo, el dolor de talón en los niños retorna después de haber sido tratado porque el hueso del talón sigue creciendo. La recurrencia del dolor del talón puede ser un signo de apofisitis del calcáneo, o puede indicar un problema diferente. Si su hijo/a tiene un ataque repetido de dolor de talón haga una cita con el cirujano de pie y tobillo.

¿Puede prevenirse la apofisitis del calcáneo?

Las probabilidades de que un niño desarrolle dolor de talón pueden reducirse mediante lo siguiente:

- Evitando la obesidad
- Eligiendo calzado que esté bien construido y que dé soporte, apropiado para la actividad del niño
- Evitando o limitando el desgaste del calzado deportivo con grapas.
- Evitando las actividades que van más allá de la capacidad del niño ■



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