

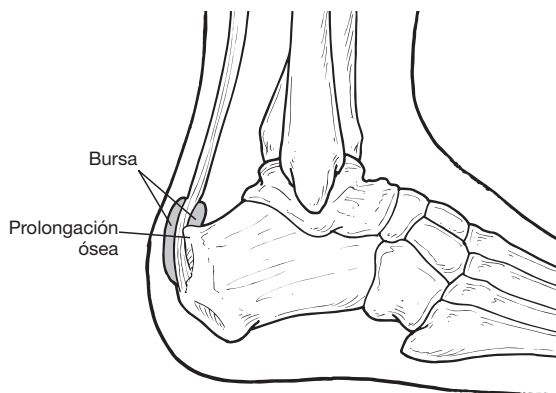
# Deformidad de Haglund



American College of  
Foot and Ankle Surgeons®

## ¿Qué es la deformidad de Haglund?

La deformidad de Haglund es la formación de una prolongación ósea en el dorso del talón. El tejido blando próximo al tendón de Aquiles se irrita cuando la prolongación ósea roza contra el calzado. En la mayoría de los casos conduce a una dolorosa bursitis o inflamación de la bursa (bolsa que contiene líquido localizada entre el tendón y el hueso).



## Causas

La deformidad de Haglund con frecuencia también es llamada “pump bump” en inglés, porque el talón rígido de los calzados estilo “pump” pueden crear presión que empeora la prolongación al andar. De hecho, cualquier calzado con un talón rígido como patines de hielo, calzado de vestir para caballero o pumps para mujeres, puede provocar esta irritación.

En cierta medida el factor hereditario influye en la deformidad de Haglund. Las personas pueden heredar un tipo de estructura del pie que las hace propensas a desarrollar esta condición:

- Un pie con arco elevado
- Un tendón de Aquiles tenso
- La tendencia a caminar sobre el lado exterior del talón.

## Síntomas

La deformidad de Haglund puede presentarse en uno o en ambos pies. Los síntomas incluyen:

- Un notorio crecimiento en el dorso del talón
- Dolor en el área donde el tendón de Aquiles se une al talón
- Inflamación en la zona posterior al talón
- Enrojecimiento cerca del tejido inflamado

## Diagnóstico

Luego de evaluar los síntomas del paciente, el médico de pie y tobillo examina el pie. Además indica rayos X para ayudar al médico a evaluar la estructura del hueso del talón.

## Tratamiento no quirúrgico

El tratamiento no quirúrgico de la deformidad de Haglund apunta a reducir la inflamación de la bursa. Mientras estos métodos pueden solucionar la bursitis, no reducirán la protrusión ósea. El tratamiento no quirúrgico puede incluir uno o más de los siguientes métodos:

- **Medicación.** Los medicamentos orales antiinflamatorios no esteroides (NSAID), como el ibuprofeno, pueden ayudar a reducir el dolor y la inflamación.
- **Hielo.** Para reducir la hinchazón, aplique una bolsa de hielo con una toalla fina sobre el área afectada. Use el hielo durante 20 minutos y después espere cuando menos 40 minutos antes de volver a aplicarlo nuevamente.
- **Ejercicios.** Los ejercicios de estiramiento ayudan a aliviar la tensión del tendón de Aquiles. Estos ejercicios son especialmente importantes para el paciente que tiene un tendón tenso.
- **Elevadores de talón.** Los pacientes con arcos elevados pueden encontrar que los elevadores de talón, colocados dentro del calzado, disminuyen la presión sobre el talón.

Deformidad de Haglund *continuó*American College of  
Foot and Ankle Surgeons®

- **Almohadillas de talón.** Colocar una almohadilla dentro del calzado amortigua el talón y puede ayudar a reducir la irritación al andar.
- **Modificación del calzado.** El uso de calzado de talón descalzo o con un dorso suave, evita o minimiza la irritación.
- **Terapia física.** A veces es posible reducir la inflamación con ciertas formas de terapia física, como la terapia de ultrasonido.
- **Dispositivos ortopédicos.** Estas plantillas a medida para soporte del arco son útiles porque controlan el movimiento en el pie.
- **Inmovilización.** En algunos casos puede ser necesario enyesar.

**¿Cuándo se necesita la cirugía?**

Si el tratamiento no quirúrgico no logra ofrecer el alivio de dolor adecuado, puede ser necesaria la cirugía. El médico de pie y tobillo determina el mejor procedimiento para su caso. Es importante seguir las instrucciones del médico para la atención post-quirúrgica.

**Prevención**

Es posible evitar la reaparición de la deformidad de Haglund mediante:

- Uso de calzado adecuado; evitar pumps y calzado de tacón alto
- Uso de soportes de arco o dispositivos ortopédicos
- Práctica de ejercicios de estiramiento para evitar el agarrotamiento del tendón de Aquiles
- Evitar correr sobre superficies duras o cuesta arriba. ■

American College of  
Foot and Ankle Surgeons®

Esta información ha sido preparado 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 proposito 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](http://www.FootHealthFacts.org)