

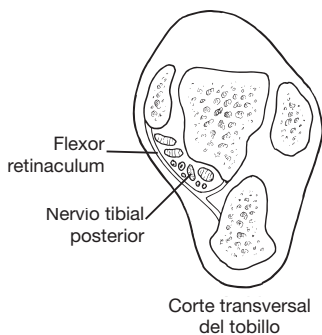
Síndrome del Túnel Tarsiano



American College of
Foot and Ankle Surgeons®

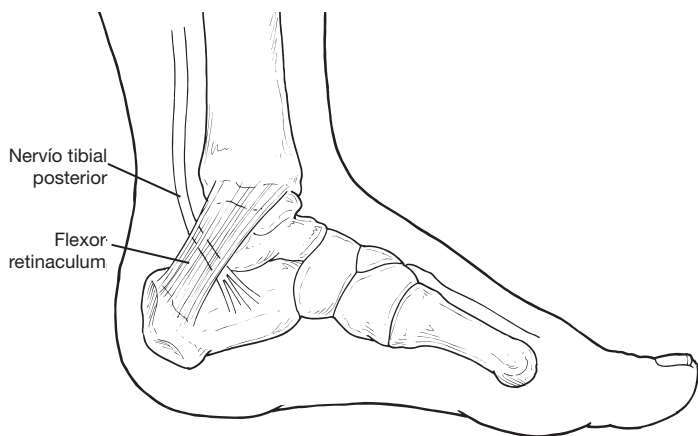
¿Qué es el túnel tarsiano?

El túnel tarsiano es un espacio angosto ubicado dentro del tobillo junto a los huesos del tobillo. El túnel está cubierto por un grueso ligamento (el flexor retinaculum) que protege y contiene las estructuras (arterias, venas, tendones y nervios) dentro del túnel. Una de estas estructuras es el nervio tibial posterior, foco del síndrome del túnel tarsiano.



¿Qué es el síndrome del túnel tarsiano?

El síndrome del túnel tarsiano es la compresión o el pinzamiento del nervio tibial posterior que produce los síntomas en cualquier parte a lo largo del nervio. El nervio tibial posterior corre por el interior del tobillo hacia el pie.



El síndrome del túnel tarsiano es similar al síndrome del túnel carpiano que se presenta en la muñeca. Ambos trastornos surgen por compresión de un nervio en un espacio limitado.

Causas

El síndrome del túnel tarsiano es causado por cualquier cosa que provoque una opresión del nervio tibial posterior, como sería:

- Una persona que sufre de pie plano está en riesgo de desarrollar el síndrome del túnel tarsiano pues la inclinación hacia afuera del talón que ocurre en los casos de arcos “caídos” puede producir tensión y compresión del nervio.
- Una estructura dilatada o anormal que ocupa espacio dentro del túnel puede comprimir el nervio. Entre algunos ejemplos se incluyen: várices, quistes de ganglio, tendones inflamados y protuberancia ósea artrítica.
- Una lesión, como un esguince, puede producir inflamación e hinchazón en o cerca del túnel, resultando en la compresión del nervio.
- Las enfermedades sistémicas como la diabetes o la artritis pueden provocar inflamación y así comprimir el nervio.

Síntomas

Los pacientes que presentan el síndrome del túnel tarsiano experimentan uno o más de los siguientes síntomas:

- Hormigueo, ardor o una sensación similar a un choque eléctrico
- Entumecimiento
- Dolor, incluso dolor punzante

Generalmente los síntomas son percibidos en el interior del tobillo y/o en la planta del pie. En algunas personas los síntomas pueden ser aislados y presentarse solamente en un lugar. En otras, se puede extender al talón, al arco, a los dedos e incluso a la pantorrilla.

A veces los síntomas del síndrome se presentan repentinamente. Con frecuencia son ocasionados o agravados por el uso abusivo del pie, como mantenerse de pie, caminar o ejercitarse durante un tiempo prolongado, o comenzar un nuevo programa de ejercicios.

Es muy importante comenzar un tratamiento temprano si presenta alguno de los síntomas del síndrome del túnel tarsiano. Si no es tratada, la condición progresa y puede resultar en daño permanente al nervio. Además, dado que los síntomas

Síndrome del Túnel Tarsiano *continuó*



American College of
Foot and Ankle Surgeons®

del síndrome del túnel tarsiano pueden confundirse con otras condiciones, una evaluación adecuada es esencial para poder realizar un diagnóstico correcto.

Diagnóstico

El médico de pie y tobillo examina el pie para llegar a un diagnóstico y determinar si existe pérdida de sensibilidad. Durante este examen, el médico sitúa el pie y golpea suavemente sobre el nervio para intentar reproducir los síntomas. Él o ella también presionan el área para ayudar a determinar si existen pequeños bultos.

En algunos casos, generalmente si se sospecha la presencia de un bulto o en los casos en los cuales el tratamiento inicial no reduce los síntomas, se indican estudios de imagenología avanzada. Además, estudios especiales para evaluar problemas en los nervios (electromiografía y prueba de velocidad de conducción nerviosa (EMG/NCV)) pueden ser indicados si la condición no mejora con el tratamiento no quirúrgico.

Tratamiento no quirúrgico

Para tratar el síndrome del túnel tarsiano existe una variedad de opciones de tratamiento, con frecuencia utilizadas en forma combinada. Estos incluyen:

- **Reposo.** No apoyar el pie evita lesiones mayores y fomenta la sanación.
- **Hielo.** Aplique una bolsa de hielo en el área afectada, colocando una toalla fina entre el hielo y la piel. Use el hielo durante 20 minutos y después espere cuando menos 40 minutos antes de volver a aplicarlo nuevamente.

- **Medicamentos orales.** Los medicamentos antiinflamatorios no esteroides (NSAID), tales como el ibuprofeno, ayudan a reducir el dolor y la inflamación.
- **Inmovilización.** En ocasiones es necesario limitar el movimiento del pie mediante el uso de un yeso para permitir que el nervio y el tejido circundante sanen.
- **Terapia física.** Terapia de ultrasonido, ejercicios y otras formas de terapia física pueden ser indicadas para reducir los síntomas.
- **Terapia de inyección.** Las inyecciones de anestésicos locales proporcionan alivio de dolor y la inyección de corticoesteroides puede ser útil para el tratamiento de la inflamación.
- **Dispositivos ortopédicos.** Para ayudar a mantener el arco y limitar movimiento excesivo que pueda provocar la compresión del nervio, puede ser indicado el uso de plantillas ortopédicas a medida.
- **Calzado.** Puede ser recomendable usar calzado de apoyo.
- **Ortesis.** A los pacientes con pie plano o aquellos con síntomas importantes y daño en los nervios se les puede recomendar la aplicación de ortesis para reducir la presión sobre el pie.

¿Cuándo se necesita la cirugía?

A veces, la cirugía es la mejor opción para el tratamiento del síndrome del túnel tarsiano. El médico de pie y tobillo determina si la cirugía es necesaria y selecciona el o los procedimientos apropiados con base en el origen del padecimiento. ■



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