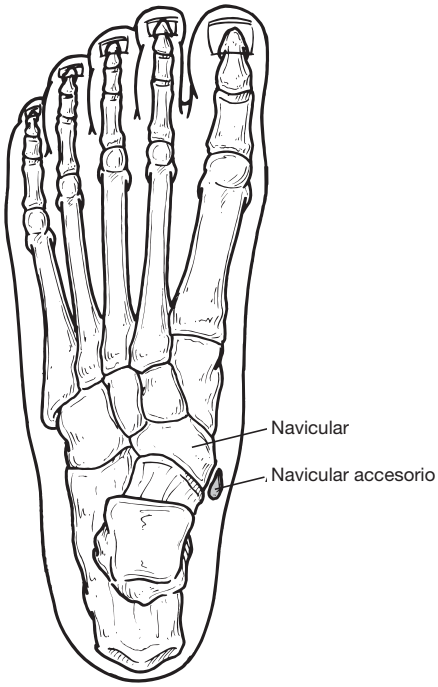
Síndrome del Navicular Accesorio

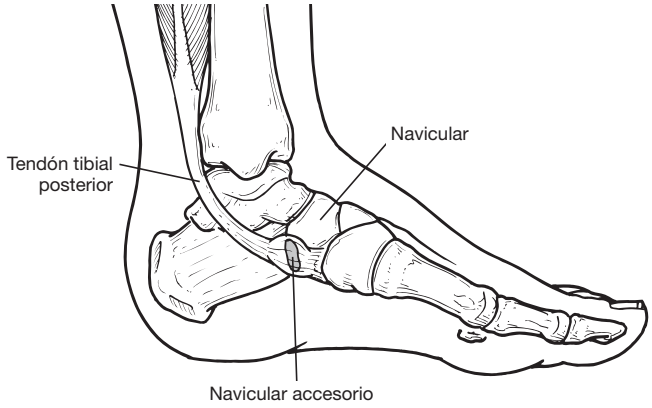
American College of
Foot and Ankle Surgeons®

¿Qué es el Navicular Accesorio?

El navicular accesorio (os navicularum u os tibiale externum) es un hueso adicional o pedazo de cartílago ubicado en el lado interno del pie justo encima del arco. Está incorporado dentro del tendón tibial posterior, que se adhiere en esta área.

Un navicular accesorio es congénito (presente al nacimiento). No es parte de la estructura ósea normal y por lo tanto no está presente en la mayoría de las personas.





¿Qué es el Síndrome del Navicular Accesorio?

Las personas que tienen un navicular accesorio a menudo no están conscientes de la afección si esta no causa problemas. Sin embargo, algunas personas con este hueso adicional desarrollan una afección dolorosa conocida como síndrome del navicular accesorio cuando el hueso y/o el tendón tibial posterior tibial se ven afectados. Esto puede ser el resultado de cualquiera de los siguientes:

- Trauma, como en un esguince del pie o del tobillo
- Irritación crónica por la fricción de los zapatos u otro calzado contra el hueso adicional
- Actividad o uso excesivos Muchas personas con síndrome del navicular accesorio también tienen pies planos (arcos caídos).

Tener el pie plano produce mayor tensión sobre el tendón tibial posterior, lo que puede producir inflamación o irritación del navicular accesorio.

Señales y Síntomas del Síndrome del Navicular Accesorio

La adolescencia es una época en la que comúnmente aparecen los síntomas por primera vez. Éste es un período en que los huesos están madurando y los cartílagos se están convirtiendo en huesos. Sin embargo, en ocasiones, los síntomas no aparecen sino hasta la edad adulta. Entre las señales y síntomas del síndrome del navicular accesorio se incluyen:

- Una protuberancia ósea visible en la zona media del pie (el lado interno del pie, justo sobre el arco)
- Enrojecimiento e hinchazón de la protuberancia ósea
- Dolor indefinido o punzante en la zona media del pie y en el arco, que se presenta habitualmente durante o después de períodos de actividad

Síndrome del Navicular Accesorio *continuó*

American College of Foot and Ankle Surgeons®

Diagnóstico

Para diagnosticar el síndrome del navicular accesorio, el cirujano de pie y tobillo le preguntará sobre los síntomas y examinará el pie, buscando irritación de la piel e hinchazón. El médico puede presionar la protuberancia ósea para valorar el área de incomodidad. También pueden ser evaluadas la estructura del pie, la fortaleza muscular, el movimiento de las articulaciones y la forma en la que camina el paciente.

Por lo general se ordenan radiografías para confirmar el diagnóstico. Si existe dolor o inflamación persistente, pueden usarse exámenes de imágenes de resonancia magnética (MRI por su sigla en inglés) u otros exámenes avanzados de imágenes para evaluar la afección más detalladamente.

Tratamiento: Enfoques No Quirúrgicos

La meta del tratamiento no quirúrgico para el síndrome del navicular accesorio es aliviar los síntomas. Lo siguiente puede ser usado:

- Inmovilización. El poner un yeso o una bota removible para caminar en el pie le permite descansar al área afectada y reduce la inflamación.
- Hielo. Para reducir la hinchazón, una bolsa de hielo cubierta con una toalla delgada se coloca sobre el área afectada. No ponga hielo directamente sobre la piel.
- Medicamentos. Pueden serle recetados medicamentos antiinflamatorios no esteroides (abreviatura en inglés,NSAID) para administración por vía oral, tales como el ibuprofeno. En algunos casos pueden ser usados medicamentos esteroides orales o inyectados en combinación con la inmovilización para reducir el dolor y la inflamación.
- Fisioterapia. Puede serle recetada fisioterapia, incluyendo ejercicios y tratamientos para fortalecer los músculos y disminuir la inflamación. Los ejercicios también pueden ayudar a prevenir la recurrencia de los síntomas.
- Aparatos Ortopédicos. Los aparatos ortopédicos hechos sobre medidas y que encajan dentro del zapato le dan soporte al arco, y pueden jugar un papel importante en la prevención de futuros síntomas. Incluso después de un tratamiento exitoso, los síntomas del síndrome del navicular accesorio reaparecen en ocasiones. Cuando esto sucede, generalmente se repiten los tratamientos no quirúrgicos.

¿Cuándo es Necesaria la Cirugía?

Si el tratamiento no quirúrgico no logra aliviar los síntomas del síndrome del navicular accesorio, la cirugía puede ser aconsejable. La cirugía puede involucrar la remoción del hueso accesorio, la reconfiguración del área, y la reparación del tendón tibial posterior para mejorar su funcionamiento. Este hueso adicional no es necesario para el funcionamiento normal del pie. ■

Yuma Foot and Ankle Surgeons

Dr. Alan B. Kravitz, DPM, FACFAS *#+~
Dr. Mark S. Goss, DPM, AACFAS ^

* Diplomate, American Board of Foot and Ankle Surgery®
# Board Certified in Foot Surgery
+ Board Certified in Reconstructive Rearfoot & Ankle Surgery
~ Fellow, American College of Foot & Ankle Surgeons®
^ Associate, American College of Foot & Ankle Surgeons®

www.yumafootandankle.com

1881 W. 24th Street, Suite C, Yuma, AZ 85364
Phone: 928-314-3333 Fax: 928-314-4333

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