

EL BUNIONETTE

Un juanete en el quinto dedo

Para que todo el mundo se haga una idea de en qué consiste este problema, se puede decir que el bunionette, o juanete de sastre, es el equivalente al juanete común, pero localizado en la parte externa del quinto dedo del pie. Se le conoce bajo este nombre porque era un problema muy común entre los sastres ya que, antiguamente, trabajaban con las piernas cruzadas toda la jornada, haciendo que la cara externa de sus pies rozara constantemente el suelo y generara, a la larga, una protusión en la base del quinto dedo.

¿Por qué se desvía?

El hecho de que se produzca una desviación de este dedo de pie conlleva el crecimiento de una prominencia ósea y, como consecuencia, la aparición de callosidades en las zonas de rozamiento con el calzado. Este tipo de juanete no es tan normal como los comunes que aparecen en la parte interna del pie, pero ambos tienen síntomas y causas similares. La aparición del bunionette, al igual que su homónimo en el primer dedo, no surge por una causa única, sino por la convergencia de varios factores. En un principio, puede ser ocasionado por una mecánica defectuosa del pie en su configuración (fruto de la herencia) que origine cambios en el patrón estático óseo del pie, y que le hagan más susceptible a desarrollar dicha prominencia.

Diagnóstico a simple vista

El juanete de sastre se diagnostica fácilmente debido a que la protuberancia en el dedo es



Aunque no es un problema muy común, a ciertas personas les surge una desviación en el quinto dedo del pie, también denominado juanete de sastre. Veamos por qué aparece y cómo se puede tratar.

MARÍA S. GARCÍA

claramente visible. En el caso de que sea necesario (por la decisión quirúrgica o la duda en el alcance de las deformidades asociadas) se puede indicar la realización de unas radiografías de los pies, con las que se podrá valorar la causa, y determinar el grado de deformidad existente.

Sus consecuencias

Los síntomas de los juanetes de sastre incluyen enrojecimiento, hinchazón y dolor en el sitio de la protuberancia. A su vez, hay que tener en cuenta que, sin importar cuál sea la causa, sus consecuencias, habitualmente, se ven agravadas por el uso de calzado muy estrecho, lo que produce roce y presión constante; así como por llevar un tacón alto que puede contribuir a aumentar una deformidad existente y a empeorar los síntomas. Esto se debe a que el contacto constante contra la protuberancia irrita los tejidos blandos de debajo de la piel y provoca inflamación.



[El consejo]

Si vas a recurrir al frío local para disminuir el dolor y la inflamación, envuelve la bolsa de hielo en una toalla delgada para, así, evitar una posible quemadura.

tratamiento. Durante esta primera fase es vital el uso de un calzado amplio, blando y cómodo. También puede ser necesaria la utilización de almohadillas en las zonas de roce para moderar el dolor.

► Cuando estas medidas se muestran insuficientes, existe la posibilidad de realizar una infiltración local, a nivel de la articulación afectada, mediante un anestésico y un corticoide que proporcionen un alivio directo (aunque la persistencia de la causa que lo origina hace que sea un beneficio temporal).

► Para una solución definitiva hay que decantarse por la cirugía correctora. Se valorará en cada caso el grado de deformidad existente y las anomalías secundarias. El objetivo de esta intervención es la eliminación de la protuberancia del quinto dedo, y la corrección de la alineación ósea y de las partes blandas asociadas. El desarrollo de la cirugía mínimamente invasiva (cirugía percutánea) ha abierto la puerta al tratamiento de este tipo de dolencias permitiendo su corrección a través de la piel, respetando los tejidos blandos, y posibilitando al paciente una recuperación funcional mucho más rápida, con una efectividad similar y una disminución significativa del dolor postquirúrgico. ■

Tratamiento por fases

► Cuando surge el juanete, si es doloroso y presenta una inflamación, se debe tratar mediante una terapia combinada de reposo (evitando las actividades de carga sobre el pie afectado), aplicando frío local, y medicación (analgésicos para el dolor y antiinflamatorios para reducir la tumefacción). Además, cabe la posibilidad de someterse a una rehabilitación como apoyo al

Sin pasar por el quirófano

Entre los tratamientos no quirúrgicos destacan:

- **LA MODIFICACIÓN DE LOS ZAPATOS.** Usar el tipo adecuado de calzado es fundamental. Elige zapatos que tengan un espacio amplio, blando y cómodo para los dedos del pie, y evita aquellos puntiagudos en los dedos, o con tacones altos.
- **MEDICAMENTOS ADMINISTRADOS POR VÍA ORAL.** Los fármacos antiinflamatorios no esteroideos (AINES) pueden ayudar a aliviar el dolor y la inflamación.
- **ALMOHADILLAS.** Colocar almohadillas protectoras sobre el área del juanete de sastre puede ayudar a reducir el dolor. Estas almohadillas las puedes encontrar en la farmacia.
- **FRÍO LOCAL.** Una bolsa de hielo puede reducir el dolor y la inflamación.

