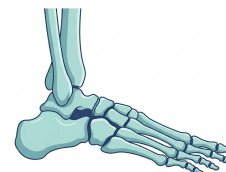


EDUCACIÓN PARA EL PACIENTE · CONDICIONES COMUNES DEL PIE Y EL TOBILLO

Dolor en la Planta del Pie (Ball of Foot Pain)

El dolor en la planta del pie — conocido como metatarsalgia — es un dolor causado por la presión bajo las cabezas de los metatarsianos, que son los huesos justo detrás de los dedos. Las causas incluyen la estructura del pie, actividades de alto impacto, zapatos sin soporte o con tacón alto, el adelgazamiento de la almohadilla natural de grasa con la edad, y condiciones como neuromas o capsulitis. Como varios problemas diferentes pueden causar un dolor similar, un diagnóstico preciso es la clave para un alivio duradero.



Solo para ilustración educativa.

En resumen

Área de enfoque	Condiciones Comunes del Pie y el Tobillo
Objetivo del tratamiento	El dolor en la planta del pie — conocido como metatarsalgia — es un dolor causado por la presión bajo las cabezas de los metatarsianos, que son los huesos justo detrás de los dedos.
Dónde se realiza	En nuestra oficina o en un centro quirúrgico, según su evaluación y lo que sea más adecuado para su caso.
Su próximo paso	Una consulta con Dr. Stephen Wigley IV para revisar sus síntomas y opciones de tratamiento.

Quiénes pueden beneficiarse

- Cualquier persona con dolor sordo, ardor o dolor agudo bajo la planta del pie
- Pacientes que sienten como si estuvieran 'caminando sobre una piedrita'
- Personas cuyo dolor empeora al estar de pie, caminar o con ciertos zapatos

Cómo lo evaluamos

- Examen del antepié, los dedos y los puntos de presión
- Evaluación para detectar neuroma, capsulitis o problemas en las articulaciones
- Radiografías u otras imágenes cuando sea necesario

Cuándo buscar atención

- Dolor en la planta del pie que dura más de un par de semanas
- Entumecimiento u hormigueo en los dedos del pie
- Un callo que se forma bajo la zona dolorosa
- Dolor que cambia la manera en que usted camina

Opciones de tratamiento

- Almohadillas metatarsales, cojines y cambios en el calzado
- Plantillas ortopédicas personalizadas o de venta libre para redistribuir la presión
- Modificación de actividades, aplicación de hielo y medidas antiinflamatorias
- Inyecciones u opciones de procedimientos para diagnósticos específicos como el neuroma

Qué esperar

1

Un diagnóstico específico — no solo 'dolor en el pie'

2

Estrategias para aliviar la presión que se adapten a su estilo de vida

3

Opciones avanzadas si el tratamiento conservador no es suficiente

Preguntas frecuentes

¿Por qué siento como si estuviera caminando sobre una piedrita?

Esa sensación tan característica a menudo indica un neuroma de Morton — un nervio engrosado entre los dedos del pie — aunque otras condiciones pueden causar síntomas similares. Un examen permite distinguir las causas.

¿Las plantillas pueden aliviar el dolor en la planta del pie?

El soporte bien colocado y las almohadillas metatarsales ayudan a muchos pacientes, pero la solución correcta depende del diagnóstico. Algunas condiciones requieren un tratamiento específico que va más allá de las plantillas.

Fuentes y lecturas adicionales

- American College of Foot & Ankle Surgeons — FootHealthFacts.org
- MedlinePlus, U.S. National Library of Medicine — medlineplus.gov
- American Podiatric Medical Association — apma.org

¿Tiene preguntas? Llame a Wigley Feet al (305) 895-9528 para programar una evaluación. Los pacientes nuevos también pueden solicitar una cita en www.wigleyfeet.com.