

# Jan David Tepper, D.P.M., Inc.

---

Board Certified in Foot, Ankle Surgery and Foot Orthopedics  
Fellow, American Academy of Podiatric Sports Medicine  
Fellow, American Professional Wound Care Association

984 West Foothill Blvd, Suite B  
Upland CA 91786

(909) 920-0884  
Fax (909) 920-9810

---

## Fractures 5th Meta

### ¿Qué es una fractura del quinto metatarsiano?

Las fracturas (roturas) en el quinto metatarsiano son comunes —el hueso largo en la parte exterior del pie que se conecta con el dedo meñique del pie. Los dos tipos de fracturas que ocurren a menudo en el quinto metatarsiano son:

- **Fractura por avulsión.**

En una fractura por avulsión, un pedazo pequeño de hueso es arrancado de la porción principal del hueso por un tendón o ligamento. Este tipo de fractura es el resultado de una lesión por inversión, en la que el tobillo se tuerce hacia adentro. Las fracturas por avulsión a menudo se descuidan, cuando ellas ocurren con una torcedura de tobillo.

- **Fractura de Jones.**

Las fracturas de Jones ocurren en un área pequeña del quinto metatarsiano, la cual recibe menos sangre y, por ello, es más propensa a sufrir una lesión. Una fractura de Jones puede ser una fractura por esfuerzo (una rotura muy fina y pequeña que ocurre a lo largo del tiempo) o una rotura aguda (súbita). Las fracturas de Jones son causadas por un uso excesivo, esfuerzo repetitivo o trauma. Ellas son menos comunes y más difíciles de tratar que las fracturas por avulsión.

Pueden ocurrir otros tipos de fracturas en el quinto metatarsiano. Por ejemplo, se tiene las fracturas en la diáfisis media, las cuales resultan usualmente de un trauma o torcedura, y las fracturas de la cabeza y cuello del metatarsiano.

### Signos y Síntomas

Las fracturas por avulsión y de Jones tienen los mismos signos y síntomas. Éstos incluyen:

- Dolor, hinchazón y sensibilidad en la parte exterior del pie
- Dificultad al caminar
- Puede ocurrir un hematoma



## Diagnóstico

Toda persona que tenga los síntomas de una fractura del quinto metatarsiano debería visitar a un cirujano de pie y tobillo tan pronto como sea posible, para recibir un diagnóstico y tratamiento adecuados. Para llegar a un diagnóstico, el cirujano preguntará cómo ocurrió la lesión o cuándo empezó el dolor. El pie será examinado y el doctor presionará suavemente en diferentes áreas del pie, para determinar dónde hay dolor.

El cirujano también ordenará tomar placas de rayos-X. Debido a que la fractura de Jones no se muestra a veces en las placas iniciales de rayos-X, puede ser necesario realizar estudios adicionales de imágenes.

## Tratamiento

Cuando no es posible visitar inmediatamente a un cirujano de pie y tobillo, deberá realizarse el método de cuidado "R.I.C.E." (Siglas en inglés de DHCE) el cual comprende:

- **Descanso.** (en inglés, "Rest"). Es crucial poner en descanso el pie lesionado, ya que la caminata puede causar daños adicionales.
- **Hielo.** (en inglés "Ice"). Para reducir la hinchazón y el dolor, coloque una bolsa de hielo, envuelta en una toalla delgada, en el área afectada, cada 20 minutos por cada hora que usted se incorpora. No ponga el hielo directamente sobre la piel.
- **Compresión.** (en inglés "Compression") Envuelva el pie en una venda elástica o utilice medias de compresión para prevenir una mayor hinchazón.
- **Elevación.** (en inglés "Elevation"). Mantenga el pie elevado para reducir la hinchazón. Éste deberá estar a nivel de la cadera o ligeramente por encima de ella.

## Las opciones para el tratamiento de una fractura por avulsión pueden incluir:

- **Inmovilización.**

Dependiendo de la gravedad de la lesión, el pie se debe mantener inmóvil con una escayola, zapato de yeso o zapato con suela rígida. Puede ser necesario utilizar muletas para evitar colocar peso en el pie dañado.

- **Cirugía.**

Si la lesión involucra un hueso desplazado, roturas múltiples o no se ha podido proporcionar un alivio adecuado, entonces puede ser necesaria la cirugía.

## **Las opciones para el tratamiento de una fractura de Jones pueden incluir:**

- **Inmovilización.**

Como en el caso de las fracturas por avulsión, el tratamiento inicial puede involucrar la inmovilización, pero normalmente por un período de tiempo mayor, debido a que estas fracturas toman un mayor tiempo para curarse.

- **Estimulación del hueso.**

Se utiliza un dispositivo externo que no causa dolor para acelerar la curación de algunas fracturas. La estimulación del hueso puede utilizarse como parte del tratamiento o luego de una respuesta inadecuada a la inmovilización.

- **Cirugía.**

La cirugía puede ser necesaria ya que las fracturas de Jones a menudo no se curan con la inmovilización y estimulación del hueso.

Si se requiere de cirugía para el tratamiento de una fractura del quinto metatarsiano, el cirujano de pie y tobillo determinará el tipo de procedimiento que sea el más adecuado para cada paciente.