

Quiste ganglionar: Pie

Un ganglión es un quiste lleno de líquido formado en el revestimiento de una articulación o tendón. Aunque pueden formarse en cualquier parte del pie, los gangliones aparecen con más frecuencia en el tobillo o el empeine. Estos quistes tienden a cambiar de tamaño y por lo general crecen lentamente.



Causas

Las irritaciones constantes pueden debilitar el revestimiento de una articulación o tendón y dar lugar a gangliones. Las personas que usan botas son más vulnerables a los gangliones, ya que este tipo de calzado pone presión en el pie y el tobillo. Los espolones óseos (crecimientos del hueso) también pueden hacer que salgan gangliones por la irritación que producen en las articulaciones y los tendones.

Síntomas

Los gangliones suelen formarse sin síntomas, pero si hacen presión en los nervios de la piel que los recubre pueden causar hormigueo, falta de sensibilidad o dolor. A veces, los gangliones pueden hincharse y cambiar de tamaño según la actividad que se realice, o incluso con los cambios del clima.

¿Cómo se diagnostican?

Ya que a veces se confunde a los gangliones con tumores, es importante hacerse un examen completo y, posiblemente, pruebas para confirmar el diagnóstico.

Historia clínica

Su proveedor de atención médica le hará preguntas, tales como cuánto tiempo ha tenido el ganglión y el tipo de síntomas que siente. Puede que le pregunte si el ganglión ha cambiado de tamaño o si su tamaño varía según las actividades que usted realice.

Examen físico

Su proveedor de atención médica podría hacerle un examen de transiluminación, aplicando una luz a través del abultamiento (generalmente la luz pasa por un ganglión, pero no a través de un tumor). Cuando se palpa (toca con presión) el pie, el ganglión es de consistencia esponjosa y el líquido se mueve de un lado a otro.

Pruebas

Si se sospecha que tiene un espolón óseo, tal vez sea necesario hacerle radiografías. Podrían aspirarle el líquido del ganglión con una aguja para determinar la extensión de la hinchazón y disminuir el dolor. Para confirmar que se trata de un ganglión, podrían hacerle una resonancia magnética (“MRI”, por sus iniciales en inglés), un examen que genera imágenes del tejido blando y el hueso. A veces, se inyectan unos colorantes especiales en el área para ver su contorno con más claridad.

¿Cómo se tratan los gangliones?

Aunque los gangliones suelen ser difíciles de tratar sin cirugía, hay ciertos métodos no quirúrgicos que pueden servir para aliviar algunos de sus síntomas.

Cuidados no quirúrgicos:

- La aplicación de almohadillas alrededor del ganglión puede reducir la presión y la fricción.
- La aspiración del líquido mediante una aguja también podría aliviar los síntomas. Al mismo tiempo, puede que le inyecten esteroides. Pero, los gangliones pueden volver a formarse.
- Limitar los movimientos o actividades que aumentan el dolor puede aliviar las molestias.
- La aplicación de hielo en el ganglión durante 15 a 20 minutos puede aliviar temporalmente la inflamación y el dolor.
- Si la inflamación es grave, su proveedor de atención médica podría tratar los síntomas con medicamentos.

Tratamiento quirúrgico

Si un ganglión llega a causar dolores continuos o excesivos, el médico podría recomendarle una cirugía. Durante esta operación, se elimina la pared completa del ganglión y posiblemente una parte del tejido que lo rodea.

Después de la cirugía

Tal vez tenga dolor, hinchazón, falta de sensibilidad u hormigueo durante varias semanas después de la operación. Probablemente pueda caminar poco después, aunque tal vez sea necesario vendar o enyesar el pie. Asegúrese de consultar a su proveedor de atención médica si tiene algún problema en el futuro. Aunque la cirugía suele ser exitosa, existe la probabilidad de que el ganglión vuelva a formarse.