



Se denomina metatarsalgia al dolor en la zona anterior del pie, a nivel de la las cabezas de los metatarsianos, debido a una causa mecánica o una inflamatoria.

La metatarsalgia es una causa muy frecuente de dolor en la zona anterior del pie y afecta principalmente a mujeres. Este tipo de dolor aparece principalmente al caminar, como una sensación de calor que progresivamente se transforma en dolor intenso, y provoca que la persona tenga que parar de caminar, se incrementa con zapatos con taco alto, o de punta estrecha.

Habitualmente las personas que tienen metatarsalgia presentan callosidades en la zona de la planta del pie y en muchas ocasiones se acostumbra a asociar a deformidades en los dedos.



Existen múltiples causas, las principales son:

- Alteración mecánica del pie, que ocasiona una mala pisada (como el pie cavo, los metatarsianos largos o caídos, presencia de juanete, etc).
- Lesiones en la articulación metatarso falángica, como ruptura de la placa plantar o afectaciones del cartílago.
- Neuroma o neuralgia de Morton.
- Fracturas de stress.

El tratamiento inicial que se recomienda para la metatarsalgia es el uso de plantillas a medida, que tengan una descarga metatarsal. Este tipo de plantillas transfieren la carga en el momento de la marcha y evita que todo el peso se concentre en la zona de las cabezas de los metatarsianos.

En caso que no se mejore tras el tratamiento con plantillas y que el dolor sea limitante, se recomienda el tratamiento quirúrgico.

Uno de los problemas asociado al tratamiento quirúrgico, es el edema (inflamación) que puede aparecer tras la cirugía. En muchas ocasiones este edema puede durar 2 o 3 meses. Se recomienda realizar un tratamiento mediante drenaje o masajes en la zona.