

¿QUÉ ES EL ESPOLÓN CALCÁNEO?

El espolón calcáneo es cuando el ligamento del calcáneo se calcifica y forma una especie de 'hueso' generando un fuerte dolor en el talón, como si fuera una aguja, cuando la persona se levanta de la cama y coloca el pie en el piso.

¿CUALES SON SUS SÍNTOMAS?

El único síntoma es el dolor en la planta del pie, en la región donde el hueso se forma. Este dolor es agudo y en forma de puntada, y suele empeorar al hacer actividades como caminar, correr o saltar, desapareciendo después de algún tiempo en reposo.

El traumatólogo podrá desconfiar que se trata de un espolón por los síntomas característicos que la persona presenta, pero el examen de rayos X es esencial para observar la formación de este pequeño hueso en el talón.

¿CÓMO SE TRATA?

Para aliviar el dolor del espolón existen tratamientos simples como el uso de plantillas ortopédicas de silicona y el masaje en los pies, pero también es importante hacer estiramientos con la pierna y el pie, todo esto combinado con medicación antiinflamatoria para disminuir la inflamación en la fase aguda. Otras opciones son realizar fisioterapia, y como última opción, se opta por una cirugía para quitarlo.

