

# RUPTURA DEL TENDÓN DE AQUILES



American College of  
Foot and Ankle Surgeons

## ¿Qué es el Tendón de Aquiles?

Un tendón es una cinta de tejido que conecta un músculo a un hueso. El tendón de Aquiles corre por la parte trasera de la parte inferior de la pierna y conecta el músculo de la pantorrilla con el hueso del talón. Llamado también “cuerda del talón,” el tendón de Aquiles facilita caminar ayudando a levantar el talón del suelo.

## ¿Qué es una Ruptura del Tendón de Aquiles?

Una ruptura del tendón de Aquiles es un rasgado total o parcial que ocurre cuando el tendón es estirado excediendo su capacidad. Un salto o pivoteo forzado, o aceleraciones repentinas al correr, pueden dar lugar a un estiramiento excesivo del tendón y causar una rasgadura. Una caída o tropiezo también pueden causar lesiones en el tendón.

Las rupturas del tendón de Aquiles se ven con mayor frecuencia en los “guerreros de fin de semana” — típicamente personas de mediana

edad que practican deportes en su tiempo libre. Con menor frecuencia, enfermedades o medicamentos tales como esteroides o ciertos antibióticos pueden debilitar el tendón y contribuir a las rupturas.

## Señales y Síntomas

Una persona con ruptura del tendón de Aquiles puede experimentar uno o más de los siguientes:

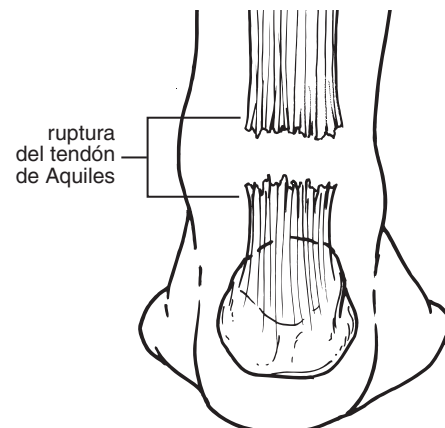
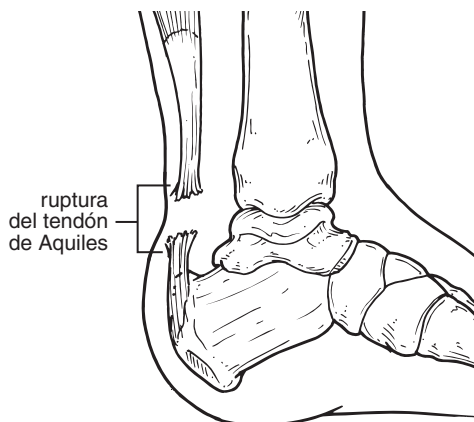
- Dolor repentino (que se siente como una patada o puñalada) en la parte trasera del tobillo o de la pantorrilla—que a menudo disminuye y deviene en un dolor sordo
- Sensación de reventón o rotura
- Hinchazón en la parte trasera de la pierna entre el talón y la pantorrilla
- Dificultad para caminar (especialmente subiendo escaleras o ascendiendo) y dificultad para apoyarse sobre los dedos de los pies

Estos síntomas requieren de pronta atención médica para evitar daños adicionales. Mientras el paciente puede ver al médico, debe usarse el método “R.I.C.E.” (por su sigla en inglés). Éste involucra:

- **Rest (Reposo).** No apoye el pie o tobillo lesionados, dado que caminar puede causar dolor o daños adicionales.
- **Ice (Hielo).** Coloque una bolsa de hielo cubierta con una toalla delgada para reducir la hinchazón y el dolor. No ponga el hielo directamente sobre la piel.
- **Compression (Compresión).** Envuelva el pie y el tobillo con una venda elástica para evitar una mayor hinchazón.
- **Elevation (Elevación).** Mantenga el pie elevado para reducir la hinchazón. Debe estar al nivel o ligeramente por encima del nivel del corazón.

## Diagnóstico

Al diagnosticar una ruptura del tendón de Aquiles, el cirujano de pie y tobillo le hará preguntas sobre cómo y cuándo ocurrió la lesión y querrá saber si el paciente se ha lesionado el tendón anteriormente o si ha experimentado síntomas similares. El cirujano examinará el pie y el tobillo, tocando para buscar un defecto en el tendón que sugiera una rasgadura. Se evaluará el rango de movimiento y la fortaleza muscular, y se compararán con las del pie y tobillo no lesionados. Si hay ruptura del tendón de Aquiles, el



paciente tendrá menos fuerza empujando hacia abajo (como en el pedal del acelerador) y tendrá dificultades para apoyarse sobre los dedos de los pies.

El diagnóstico de una ruptura del tendón de Aquiles es generalmente directo y puede ser hecho mediante este tipo de examen. En algunos casos, sin embargo, el cirujano puede ordenar una imagen de resonancia magnética (MRI por su sigla en inglés) u otros exámenes avanzados de imágenes.

### **Tratamiento**

Las opciones de tratamiento para una ruptura del tendón de Aquiles incluyen enfoques quirúrgicos y no quirúrgicos. La decisión de proceder con tratamiento quirúrgico o no quirúrgico se basa en la gravedad de la ruptura y el estado de salud y nivel de actividad del paciente.

### **Tratamiento No Quirúrgico**

El tratamiento no quirúrgico, que se asocia generalmente con una mayor tasa de reincidencia de ruptura, se selecciona para rupturas menores, pacientes menos activos, y aquéllos con afecciones médicas que les impiden someterse a cirugía. El tratamiento no quirúrgico involucra el uso de un yeso, bota para caminar o una tobillera o aparato de soporte para restringir el movimiento y permitir que el tendón roto sane.

### **Cirugía**

La cirugía ofrece beneficios potenciales importantes. Además de reducir la posibilidad de reincidencia de la ruptura del tendón de Aquiles, la cirugía a menudo aumenta la fortaleza de elevación del pie del paciente y mejora el funcionamiento muscular y el movimiento del tobillo.

Hay diversas técnicas quirúrgicas

disponibles para reparar la ruptura. El cirujano seleccionará el procedimiento más idóneo para el paciente.

Después de la cirugía, el pie y el tobillo son inmovilizados inicialmente con un yeso o bota para caminar. El cirujano determinará cuándo puede empezar a soportar peso el paciente.

Pueden surgir complicaciones tales como dificultades en la curación de las incisiones, reincidencia de la ruptura del tendón, o dolor neurológico después de la cirugía.

### **Fisioterapia**

Ya sea que la ruptura del tendón de Aquiles sea tratada con o sin cirugía, la fisioterapia es un componente importante del proceso de curación. La fisioterapia involucra ejercicios que fortalecen los músculos y mejoran el rango de movimiento del pie y del tobillo. ▲

