

ME DUELE EN EL BORDE DEL PIE Y TENGO UN
BULTO.

¿QUÉ PUEDE SER?

¿QUÉ ES LA ENFERMEDAD DE ISELIN?



¿Hay enfermedades del crecimiento?

Los huesos de los niños y de los adolescentes tienen una parte con cartílago y otra con hueso. Así pueden crecer los huesos. Los núcleos de crecimiento son los puntos donde el hueso empieza a formarse. Suelen ser dos o tres puntos diferentes dentro del hueso. Y cuando se juntan todos, el crecimiento del hueso ha terminado.

Mientras tanto, puede haber dolores en esas zonas, a los que se llama “dolores del crecimiento”.

Puede pasar en la rodilla, en el talón y en diferentes partes del esqueleto.

¿Qué es la enfermedad de Iselin?

En las niñas aparece [entre los 8 y 12 años](#) y en los niños [entre los 10 y 14 años](#). Se fusiona con el resto del hueso en 2-3 años. Durante ese tiempo puede doler.

Fecha de publicación: 15-03-2015

Última fecha de actualización: 27-10-2020



Figura 1. Núcleo de osificación del 5º metatarsiano.

¿Por qué se produce dolor?

En ese punto se insertan ciertos músculos y tendones y al tirar de esa zona más blanda, se inflama y duele.

Suele ocurrir por la práctica del deporte, porque hay una tensión excesiva y repetida en esta zona. Es un hueso joven y en crecimiento. Está más frágil.



Figura 2. Fragmentación del núcleo de crecimiento de la base del 5º metatarsiano. Enfermedad de Iselin.

Todos los movimientos que llevan el borde externo del pie hacia dentro en tensión producen microtraumas. Por ejemplo, la carrera, el salto, el regateo... Así se puede dañar este pequeño núcleo de crecimiento.

¿Es muy frecuente?

En estos últimos años es más frecuente. Ahora muchos niños y adolescentes practican deporte y sus huesos todavía están inmaduros. Antes era una enfermedad rara.

Afecta más a los varones.

¿A qué zona afecta?

En la **Figura 1** se ve dónde está ese núcleo de crecimiento. Corresponde a la parte externa del pie. Antes era una enfermedad rara. Ahora es más frecuente. Se debe al aumento de la práctica de deportes en niños mayores y jóvenes adolescentes con huesos inmaduros. Afecta más a varones.

¿Qué síntomas presenta?

- El dolor suele aparecer después de una torcedura del pie.
- Hasta entonces el niño no había notado nada y de repente ve el bulto y que le duele.
- El dolor aumenta con el deporte y mejora con el reposo.
- Puede haber una inflamación a ese nivel y la piel puede estar roja sobre esa zona.
- A veces se cojea porque se apoya mal el pie para evitar el dolor.

¿Cómo se diagnostica?

Por los síntomas que produce.

En general no es necesario hacer una [radiografía](#) del pie. Cuando se hace, en la radiografía se ve un extremo del hueso más ancho o separado de la base del metatarsiano. Otras veces se ven pequeños fragmentos de hueso.

¿Cómo se trata?

- Hay que hacer un reposo relativo. Dejar de hacer deporte hasta que no le duela.
- Frío local. Poner hielo en la zona dolorosa.
- [Antiinflamatorios](#) (*ibuprofeno*).
- En casos severos, puede hacer falta la inmovilización del pie durante cortos periodos de tiempo.

¿Con que se puede confundir?

Se puede confundir con una fractura. Es muy importante diferenciarlo.



Figura 3. Imagen de fractura.

Tomada de: <https://pap.es/articulo/13009/enfermedad-de-iselin-una-apofisitis-emergente/>

Este tipo de fracturas pueden pasar en personas mayores y adolescentes en los que el cartílago de crecimiento está casi cerrado y la tensión de los músculos puede llegar a romper el hueso.

Si es una fractura se pondrá una [escayola](#) y la inmovilización es más prolongada. También la recuperación es más lenta.

Si su hijo adolescente tiene dolor en el borde externo del pie es necesario pedir cita con el médico. Hay que diferenciar esta enfermedad de una fractura.

Fecha de publicación: 15-03-2015

Última fecha de actualización: 27-10-2020