

# LES FRACTURES DE DIT DEL PEU

20 novembre, 2018



La fractura d'un dit en el peu és una lesió freqüent en el món del futbol que generalment es produeix amb un fort cop.

Per regla general, el dit d'un peu que estigui fracturat pot tractar-se unint-lo amb una cinta al dit contigu. Però, si la fractura és greu, especialment quan es tracta del dit gros, es probable que necessitis guix o fins i tot una cirurgia per garantir la seva correcta recuperació.

La majoria de les fractures dels dits dels peus sanen molt bé, habitualment al cap de quatre o sis setmanes. Algunes vegades, un dit del peu fracturat pot infectar-se o pot augmentar el risc de presentar artrosi en aquest dit en un futur.

## Síntomes:

Els signes i símptomes d'un dit del peu trencat són:

- Dolor.
- Inflor.
- Canvis de color.

Consultarem amb el metge si el dolor, la inflor o els canvis de color continuen després d'alguns dies o si la lesió t'impedeix caminar o utilitzar les sabates.

Un cop amb la bota d'un contrari, una caiguda,... pot provocar una fractura en un dit d'un peu. També la caiguda d'un objecte pesat sobre el peu o quan et dones un cop amb el peu contra alguna cosa dura.

Les complicacions d'aquestes fractures poden ser:

- **Infecció:** Si tens un tall en la pell a prop del dit del

peu lesionat, tens més risc de presentar una infecció en l'os.

- **Artrosi:** Aquest tipus d'artritis per desgast és més probable que passi quan la fractura s'estengui fins una de les articulacions del dit del peu.

### **Dit tort:**

Anomenat en alguna ocasió dit de gespa, el dit tort és una torçada de l'articulació del dit gros que resulta d'una lesió durant les activitats esportives. La lesió generalment resulta per doblar excessivament cap amunt l'articulació del dit gros. L'afecció pot ser produïda ja sigui per embús del dit o per lesió recurrent al empènyer reiteradament al córrer o saltar. Aquesta lesió és més habitual en jugadors de futbol.

El nom de "dit de gespa" és perquè aquesta lesió és particularment comú en esportistes que juguen sobre gespa artificial. El peu pot colpejar sobre la superfície dura, resultant en l'embús de l'articulació del dit gros. També existeixen indicacions de que utilitzar sabates flexibles amb menor suport sobre la gespa artificial pot ser la causa d'aquesta patologia.

### **Síntomes:**

Les senyals i símptomes del dit de gespa poden incloure dolor, inflor i limitació en el moviment de l'articulació.

Si el dit de gespa és causat per accions repetitives que acaben en lesió, les senyals i els símptomes començaran lentament i poden empitjorar de manera gradual. El dit de gespa també pot estar causat per una lesió directa que porta a un dany en l'os a sota del cartílag. Si la causa és una lesió directa, les senyals i els símptomes poden començar sobtadament i empitjorar en un període de 24 hores.

### **Tractament:**

El tractament inicial consisteix en la teràpia RICE, que significa Repòs, Hielo, Compressió i Elevació. La cirurgia es reserva només per casos greus amb dolor perllongat.