

## Los juanetes y la herencia genética

### Los juanetes o hallux valgus

Los juanetes son la deformación de los pulgares de los pies a consecuencia, generalmente, de un esfuerzo indebido del pie de manera habitual. Suele estar ocasionado por utilizar un calzado incorrecto, especialmente los tacones en mujeres. Posiblemente los tacones son la causa principal de esta dolencia.

Juanete



Un juanete es un ensanchamiento de la coyuntura en la base del dedo gordo del pie.

Juanete

### Genética y juanetes

Sin embargo, últimas investigaciones, como la realizada por el Dr. Piqué, parecen indicar que puede haber predisposición genética en la aparición de este mal.

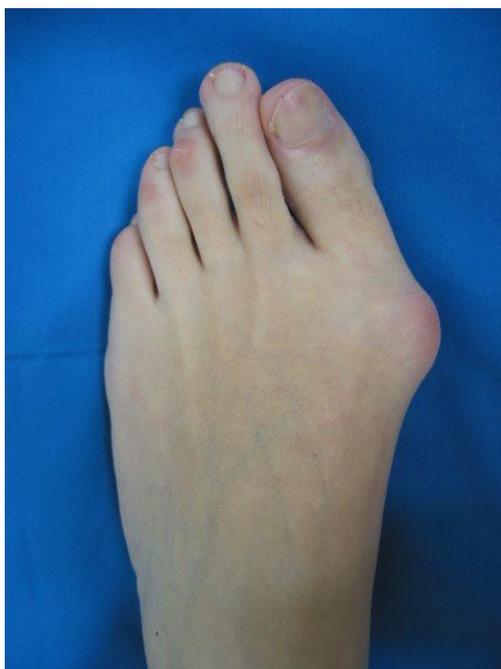
La investigación, realizada en más de 350 pacientes con juanetes parece indicar la relación. En el 90% de los casos, el Hallux Valgus o juanetes aparecía en un individuo cuyos antepasados también lo padecieron. En el 71% por cierto de los casos, aparecía en dos individuos o más de la familia directa.

### Propensión hacia el sexo femenino

Los juanetes, también indica el estudio, son más comunes en el sexo femenino. Esto se debe en gran medida a determinados tipos de calzado, como los que llevan tacones altos. Los zapatos estrechos también tienen un gran peligro de afección de la enfermedad.

La predisposición genética sumada a la mala elección y uso de calzado, son los términos que hacen aparecer el juanete.

Aunque las mujeres padecen con más frecuencia de juanetes, la gravedad de la dolencia no está relacionada con el sexo, sino con el cuidado individual de los pies.



### ¿Se puede prevenir?

A pesar de tener predisposición genética, esto no significa que vaya a aparecer la enfermedad. Los juanetes necesitan de más elementos aparte de la genética para aparecer. El más importante es el calzado. Se deben evitar los zapatos estrechos e incómodos, especialmente los de tacón alto.

Según los especialistas, los tacones superiores a 4 centímetros tienen gran riesgo de producir juanetes y otras enfermedades relacionadas. Con predisposición genética, la aparición de Hallux Valgus está casi asegurada.