

PIE PLANO

INFANTIL



Dra. Letty Moreno Quilóniz
Fisiatra

Especialista en Medicina Física y Rehabilitación
Centro de Reumatología y Rehabilitación - CERER
Guayaquil, Clínica Kennedy Alborada, Torre Norte
Piso 5, Consultorio 509 - 511
lettymoreno@cerer-ec.com
Tel.: 2232400 - 2646311

El pie plano es la pérdida de la altura del arco del pie, es decir que el puente de este se aplatina y en ocasiones se acompaña de deformidades del tobillo. (Foto 1)

Es uno de los motivos más frecuentes de la consulta médica aunque rara vez causa dolor en los pies a menudo los padres acuden angustiados por la ausencia de puente o arco del pie, por el desgaste anormal o excesivo de los zapatos y por el trastorno en la forma de caminar que puede provocar esta deformidad.

Tipos de pie plano:

- El pie plano que es causado por alteraciones óseas, es decir por defecto de algún hueso.
- El pie plano causado por alteraciones de músculos y ligamentos, como es el pie plano flexible infantil que es el más común y por el que la mayoría de los niños son llevados a la consulta.
- El pie plano causado por alteraciones neuromusculares, es decir causado por alguna parálisis como la poliomielitis.

Hay muchos factores que predisponen a la formación de un pie plano como la obesidad, la creencia de que el niño debe andar con zapatos para que no se le deforme el pie, o el uso de tacón desde la infancia porque la moda lo impone.

Tenemos que saber diferenciar de un pie flexible y un patológico, el flexible es un pie normal que solo se aplatina al estar en posición de pie, el patológico es el que presenta vencimiento del puente o arco del pie tanto acostado como estando de pie y que se acompaña de deformidades del tobillo.

Muchos niños pueden ser diagnosticados erróneamente de pie plano, sobre todo aquellos niños menores de 2 años los cuales presentan una almohadilla de grasa a nivel del arco del pie, sin tener presente que con el tiempo esta almohadilla desaparece y que a partir de esta edad se va formando el arco del pie. La mayoría de estos niños han sido torturados con el uso de zapatos ortopédicos para "corregir la deformidad", cuando en realidad son dañinos para los pies de nuestros hijos ya que son zapatos rígidos y pesados, que no permiten la movilidad de los pies y que muchas veces son motivo de burla en la escuela.



El niño debe usar zapatos solo después de que aprenda a caminar y este debe ser un zapato suave, flexible, sin tacón, ventilado y liviano que permita poner los músculos en movimiento.

Esta científicamente demostrado que los zapatos ortopédicos producen deformaciones y aumentan la incidencia de pie plano, por lo tanto los niños no deben ser sometidos a tratamiento con calzados fuertes ya que el pie plano de la infancia se corrige espontáneamente. Se sabe además que las plantillas equilibran el pie que mejoran el apoyo durante la marcha y que deben ser usadas solo para aquellos casos que no mejoren durante el crecimiento y a partir de los 5 años.

PIE PLANO

Como conclusión podemos decir que la edad óptima para diagnosticar un pie plano es después de los cinco años, que los niños deben andar descalzos para favorecer la sensibilidad y potenciar la musculatura del pie.

Todos aquellos niños que presenten deformidad y que no hayan mejorado durante el crecimiento deben ser evaluados por un Médico Fisiatra para que este realice la valoración adecuada y así proceder con el tratamiento. El tratamiento de rehabilitación va encaminado a fortalecer los músculos del pie.



¿Qué deberían saber los padres acerca del pie plano infantil?

- * Que el pie plano es frecuente en los niños.*
- * Que el arco plantar se desarrolla si el niño usa zapatos o va descalzo*
- * Que los niños generalmente tienen el arco bajo porque tienen las articulaciones flexibles y por eso el arco se aplana cuando se ponen de pie.*
- * Que el calzado ideal para el niño es aquel zapato que es flexible y suave que permita la máxima libertad para su desarrollo normal, los zapatos con suela rígida no son buenos para los pies por que limitan el movimiento.*
- * Que los zapatos ortopédicos no son necesarios, que por el contrario son dañinos, no permiten la flexibilidad del pie y que pueden producir una deformidad y así potenciar la presencia de pie plano.*
- * Que el pie plano es una variedad del crecimiento y que ocurren en niños sanos y que la mayoría no necesita tratamiento por que se resuelven espontáneamente.*