

Pies planos valgus

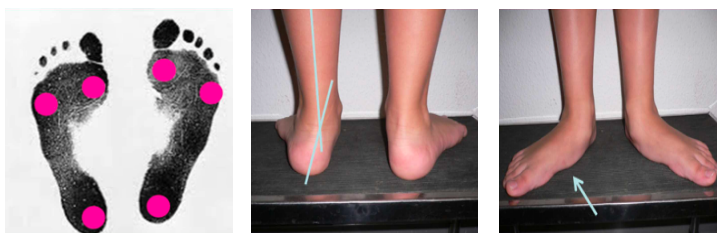
Dirigido a pacientes y familias

Una de las consultas más frecuentes al traumatólogo infantil es sobre el apoyo del pie del niño al caminar. No se queja de dolor ni de dificultad a la marcha, el niño es activo e inquieto, salta y corre tanto como el que más, hace mucho deporte a pesar de apoyar el pie torciendo los tobillos.

¿Qué es?

El apoyo normal del pie es en **trípode**, siendo las zonas del pie que soportan más peso la cabeza del 1^{er} metatarsiano, la cabeza del 5^o metacarpiano., aunque también hay apoyo en los metatarsianos centrales y en el borde externo el pie. Además, la visto desde detrás, el **talón** no está recto, sino que está un poco en **valgo** (el tobillo hacia adentro y el talón hacia fuera); y visto desde delante, en el borde interno interna se suele observar un **arco plantar formado**.

En el pie plano, borde interno está aplanado y el talón más en valgo.



¿Podemos evitar el pie plano del adulto con plantillas o fisioterapia?

No, el pie plano del niño no cambiará de forma a pesar de esos intentos de corrección que apliquemos.

¿El pie plano será doloroso cuando sea mayor?

La mayoría de los pies planos no son dolorosos de adulto.

¿Cuáles son las causas?

- **Pie plano valgo infantil.** El que se presenta en el niño durante su primera infancia. El pie del adulto se estructura en torno a los 7 años.
- **Pie plano valgo idiopático.** El que persiste en el adulto sin una causa evidente. Es flexible. En muchos casos existe un componente familiar.
- **Asociado a escafoides prominente o accesorio.** Existe un escafoides con una forma más grande o un hueso accesorio. No siempre asocia pie plano.
- **Asociado a una coalición tarsal.** Existe una unión anormal entre dos huesos del tarso. El pie es rígido. Suele dar dolor en torno a la adolescencia. Puede requerir resección quirúrgica.
- **Secundario a malformaciones congénitas, enfermedades neurológicas, miopatías u otras enfermedades.** Son pies mucho más complejos que deben ser estudiados individualmente.



SEOP
SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE ORTOPEDIA PEDIÁTRICA

[www.seopweb.com/
informacion-y-consejos/](http://www.seopweb.com/informacion-y-consejos/)

¿Cómo evoluciona?

El pie plano valgo infantil evoluciona en su crecimiento a la **corrección espontánea sin tratamiento**. En su actividad diaria normal el niño realiza una actividad física que mejora el tono fibro-mio-fascial del pie y lo corrige.

El pie plano valgo idiopático, **puede persistir en el adulto**, siendo su evolución variable, aunque la mayoría de adultos con pies planos NO tiene problemas a largo plazo ni dolor.

¿Cómo se trata?

Las **plantillas con efecto corrector, son de eficacia discutible**. Suelen ser recomendadas por los podólogos, mientras que los traumatólogos infantiles solo las indicamos en casos necesarios. Mientras pisan sobre la plantilla no deforman el calzado, pero entonces ¿qué tratamos el calzado o el pie? En ocasiones el niño refiere **dolor en la planta del pie y cansancio en la práctica deportiva**, en cuyo caso, tras una evaluación de la marcha, la pisada y el pie, podemos recomendar el uso de plantillas de forma transitoria para mejorar esta sintomatología.

En el niño mayor si el pie no se ha corregido, si el **plano es muy importante y es doloroso** o existe el antecedente en la familia de pies planos sintomáticos, se valora la **corrección quirúrgica**. La técnica varía en función de la edad y la forma del pie.



CONSULTE CON SU MÉDICO SI SU HIJO...

1

SOLO TIENE UN
PIE PLANO

2

LE LIMITA SU
ACTIVIDAD

3

LOS PIES SON
RÍGIDOS

4

TIENE DOLOR O
COJERA
PERSISTENTE