

PIES PLANOS VALGOS

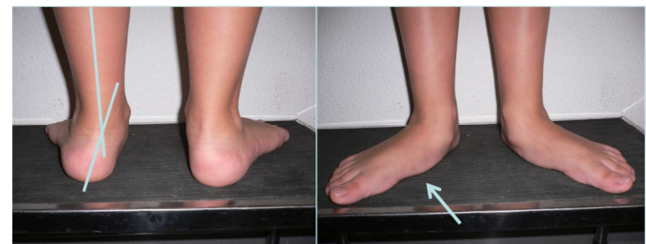
Una de las consultas más frecuentes al traumatólogo infantil es sobre el apoyo del pie del niño al caminar. No se queja de dolor ni de dificultad a la marcha, el niño es activo e inquieto, salta y corre tanto como el que más, hace mucho deporte a pesar de apoyar el pie torciendo los tobillos.

1. QUÉ ES EL PIE PLANO

El apoyo normal del pie adulto es como un trípode: cabeza del primer metatarsiano, cabeza del quinto metatarsiano y talón son las zonas del pie que soportan más peso, aunque también se apoya y así lo dibuja la huella normal, en los metatarsianos centrales y en el borde externo del pie. Tal como se muestra en la figura. Además, visto por detrás, el talón no se apoya en la verticalidad de la línea recta. El pie normal lo hace un poco en valgo (el tobillo hacia adentro y el talón hacia fuera).



Cuando el pie apoya el borde interno es un pie plano de distintos grados según ese apoyo y es valgo cuando esa línea vertical del talón se va hacia fuera más de lo normal. Generalmente ambas cosas van juntas.



2. CAUSAS DEL PIE PLANO

- a) Pie plano valgo infantil. El pie al que nos referimos se presenta en el niño durante su primera infancia. El pie del adulto se estructura en torno a los siete años. Hasta entonces la mayoría de los niños tienen los pies planos y valgus.
- b) Pie plano valgo idiopático. Es el que persiste en el adulto. No existe una causa evidente. Es flexible. En muchos de estos casos existe un pie plano familiar.
- c) Asociado al escafoidees corneado o prominente. El pie presenta una prominencia ósea en el borde interno del pie, es un escafoidees anómalo, aunque no siempre asocian el pie plano.
- d) Pie plano asociado a una coalición tarsal. ésta es una malformación congénita en la que están unidos dos huesos del tarso del pie entre sí. La más frecuente es la unión entre el calcáneo y el escafoidees y suele ser dolorosa. En la mayoría de los casos esta unión requiere su resección quirúrgica.
- e) Pie plano secuelas de procesos más graves del pie, o de enfermedades neurológicas o miopatías. Esta patología mucho más compleja debe ser analizada en otro tema.

3. EVOLUCIÓN

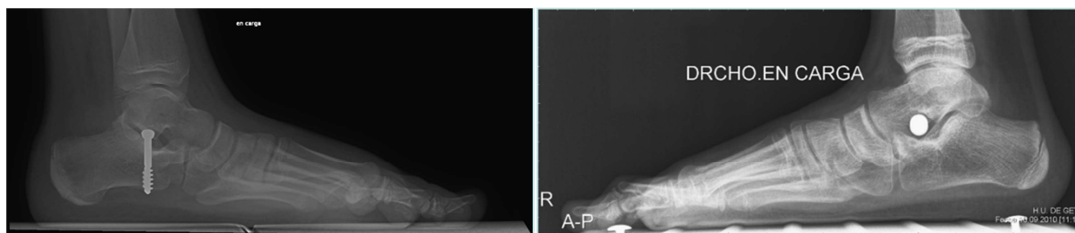
El pie plano valgo infantil evoluciona en su crecimiento a la corrección espontánea sin tratamiento. En su actividad normal el niño realiza una actividad física que mejora el tono fibro-mio-fascial del pie y lo corrige.

El pie plano en el adulto, según el grado, puede repercutir nada o gravemente sobre el propio pie. Pueden ser pies muy dolorosos y evolucionar a una artrosis en el mismo.

4. TRATAMIENTO

Las plantillas con efecto corrector, son de eficacia más que discutible: los podólogos las ponen, los traumatólogos infantiles las quitamos... 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 estos casos el uso de plantillas de forma transitoria, pueden 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 aconseja la corrección quirúrgica la cual se realiza mediante técnicas poco agresivas en torno a los 11 años.



¿Podemos evitar el pie plano del adulto con plantillas o fisioterapia? No. El pie plano del niño que continúa siéndolo en el adulto lo será a pesar de los intentos de corrección que apliquemos.