

¿Qué es el pie plano valgo?

El pie plano (PP) valgo (“tobillos volcados”) es una de las consultas más frecuentes que tenemos los traumatólogos pediátricos. Un niño que, por lo demás, hace una vida normal, es traído a consultas porque sus familiares le observan que “vuelca” los tobillos hacia dentro. No suele quejarse, hace deporte, juega y corre como los demás niños.

Tipos de pie plano

PP valgo infantil

Es el tipo más frecuente. Es flexible, corrige el arco cuando el niño se le pide que se ponga de puntillas y cuando está sentado. Evoluciona hacia la normalidad a partir de los siete-diez años de edad.

Idiopático

También flexible, es el que persiste en la edad adulta, sin causa clara y con cierto componente hereditario.

Asociado a coalición tarsal

Es un PP rígido causado por una malformación congénita en la que continúan unidos dos huesos del pie (habitualmente el del talón - el calcáneo -) que puede provocar dolor al ser rígido. En muchos casos precisan tratamiento.

Otros tipos

Asociados a enfermedades neurológicas o miopatías.



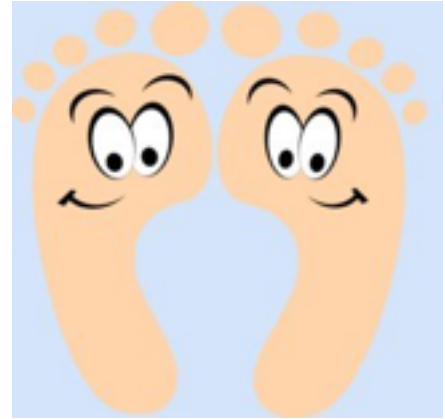
¿Cómo va a evolucionar el pie?

El 80% de los niños tienen la huella plantar plana (no se le aprecia el arco plantar) y el retropie valgo (el tobillo volcado hacia dentro). A edad más temprana, más se puede observar este fenómeno. Con el crecimiento y la pérdida de la elasticidad de los ligamentos, la mayoría de los niños empiezan a desarrollar el arco plantar (en torno a los 6-10 años). A pesar de ello, puede ser que la huella plantar no aparezca nunca (el 15% de los adultos siguen teniendo PP). El retropie valgo puede tardar en corregirse algo más que la huella plantar.



¿Se debe tratar el pie plano?

¿Podemos evitar el PP del adulto con plantillas o fisioterapia? No. En general, no es necesario el tratamiento para el PP infantil flexible. Las plantillas correctoras tienen una eficacia más que discutible: hay profesionales que las ponen y, en general, los traumatólogos infantiles las retiramos. Con las plantillas el calzado no se deforma pero, ¿qué estamos tratando el calzado o el pie?



La huella plantar corregirá a pesar de las plantillas, no gracias a ellas.

El niño con PP puede quejarse de dolor en la planta del pie cuando realiza deporte. En este caso, puede mejorar la sintomatología si utiliza plantillas temporalmente.

El médico de su hijo puede preocuparse por los arcos si sus pies:

- son muy rígidos;
- duelen;
- tienen un arco muy alto.

Si el pie no ha corregido con el crecimiento, es muy plano y es doloroso, puede que su médico le aconseje tratarlo.

