

Pies planos en los niños

Publicado el: 19-07-2018

Pie plano es una condición en la cual el pie no tiene un arco normal. Puede afectar un pie o ambos pies. Al comienzo, todos los pies de los bebés se ven planos puesto que el arco aún no se ha formado. Los arcos deben estar formados cuando su niño cumple dos (2) o tres (3) años de edad. Usted debe saber que incluso en niños mayores, los pies planos usualmente no causan ningún problema.

¿Qué causa los pies planos?

La mayoría de los pies planos ocurren por causa de conexiones articulares flojas y grasa de bebé entre los huesos de los pies. Estas condiciones hacen que el arco se aplane cuando su niño se para. Este es el motivo por el cual a veces se les llama a los pies planos "arcos caídos". Puede parecer que el pie tiene arcos cuando su niño está sentado o cuando dobla el dedo gordo hacia atrás, pero el arco se aplanea cuando el niño pone peso sobre el pie.

¿Debería llevar a mi hijo al médico?

Si su niño se queja de dolor en el pie o en el tobillo llévelo a ver al médico. Los pies planos en niños mayores pueden causar dolor en el talón o en el arco o pueden causar dolor cuando el niño está caminando y corriendo. Su médico mirará los pies de su niño para asegurarse de que el dolor no es causado por un problema en la cadera o en la rodilla. Rara vez, los pies planos pueden ser causados por huesos de los pies que están unidos el uno con el otro. En este caso, los huesos no pueden moverse y el pie duele. Su niño puede necesitar que le tomen radiografías, pero su médico probablemente le puede decir cuál es el problema con solo mirar los pies de su niño.

¿Mi niño va a necesitar zapatos especiales o ortóticos para poner dentro de los zapatos?

Probablemente no. El desarrollo del pie de su niño será igual ya sea que use soporte para el arco o no. Los zapatos altos o zapatos ortopédicos especiales, los zapatos que siempre son iguales o las cuñas solo son útiles para mantener el calzado en el pie de su niño. Si su niño tiene dolor en los pies su médico le puede recomendar un soporte para el talón o una plantilla.

¿Algún tipo de actividades empeora los pies planos?

No. Usted no necesita limitar las actividades de su niño. Si los pies planos comienzan a doler por mucha actividad su médico puede recomendarle descanso. Usar un estilo determinado de zapato, caminar sin zapatos, hacer ejercicios con los pies o saltar no van ni a empeorar ni a mejorar un pie plano.

¿La cirugía puede ayudar?

La cirugía no es útil para la mayoría de los pacientes con pie plano. Rara vez puede considerarse la cirugía si los pies planos de su niño son por causa de huesos del pie que se han unido, y si las plantillas y los yesos no le han ayudado. Su médico puede ayudarle a tomar esa decisión.