

PIE INFANTIL, LA VIGILANCIA DESDE NIÑOS

Cada edad requiere cuidados específicos

Los cuidados del pie en el niño deben comenzar desde que nace, pero sobre todo desde que empieza a dar sus primeros pasos. Antes de que comience a caminar, el niño está en una etapa preparatoria: empieza a gatear y reptar, luego se incorpora buscando algún apoyo, manteniéndose por breve espacio de tiempo en pie, echándose al suelo buscando seguridad, repitiendo estos ejercicios hasta mantenerse y sujetarse separando ambos pies para así ampliar el campo de sustentación, flexionando ligeramente las rodillas, moviendo los brazos para adquirir el equilibrio, una vez que ha aprendido a ponerse de pie. Después pasa a otra etapa que es la marcha con pasos vacilantes, de los que trata de coordinar la frecuencia.

EL CALZADO

A partir de este momento es cuando el pie se somete al factor carga, y si la distribución de fuerzas del peso no se reparte equilibradamente, se pueden producir distintas alteraciones, como el pie plano, valgo, o varo.

En cuanto al calzado del niño, es un error dictar normas sobre un modelo determinado, aún en los casos de que el pie presente características similares. Hay que hacer un buen estudio funcional del pie. Para ello el podólogo colocará al niño en un banco de marcha de 3 metros de longitud, donde le hará caminar para poder visualizar y registrar la presión estática y dinámica de

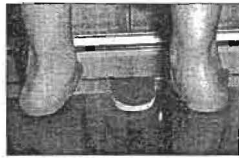


LA ESPECIALISTA

“El pie del niño debe ser observado”

■ Manuela Hernández Calvo, especialista en podología por la Escuela de Podología de Barcelona, perteneciente a esta Facultad de Medicina, lleva ejerciendo su profesión más de 20 años y explica: “se debe vigilar el crecimiento del pie niño para detectar futuros problemas. Desde que nace hasta los 6 meses hay que vigilar la posición del bebé cuando duerme. Estar mucho tiempo boca abajo no es beneficioso para él, por las posturas que adoptan las piernas y los pies. Tampoco se le debe poner ropa muy pesada que limite

todas las partes del pie. Los resultados se pueden ver en el tiempo real en una pantalla en la que se contempla el reparto de



CONSECUENCIAS

Muchos problemas de pies en los adultos son consecuencia de alteraciones no corregidas en la infancia y por usar calzado incorrecto.



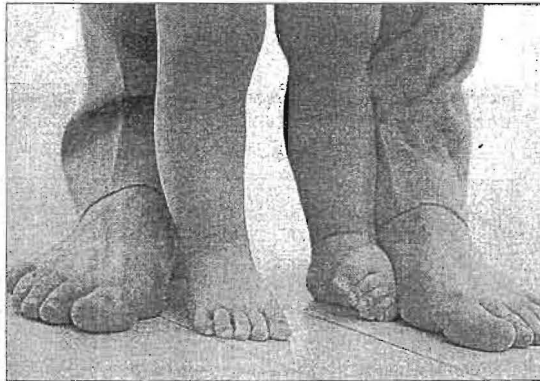
DEDOS DESVIADOS

El pie infantil puede sufrir de dedos desviados, aunque poniéndose en manos de un profesional de la podología se pueden corregir.



CORRECTORES

Los correctores de silicona son el tratamiento más común para los dedos desviados. No producen molestias y se quitan para dormir.



El pie infantil requiere mucha observación para evitar malformaciones futuras.

los movimientos de los pies. No se debe calzar al bebé con zapatos hasta que comience a caminar, pero sí se le debe estimular a que gatee. Nunca se le debe forzar a que camine. Los aparatos que existen en el mercado para poner a los niños a caminar antes de tiempo no son recomendables. Se debe observar el movimiento de la piernas, ya que han de ser simétricas. De 1 a 3 años hay que ponerlo a caminar descalzo sobre superficies irregulares, como la playa, la hierba, pero no en casa donde el terreno es liso y no se estimula la musculatura del pie. Un error gravísimo es calzarlo con zapatos abotinados que sujetan el tobillo, ya que si son muy rígidos pueden bloquear la articulación.

presiones y lo que es más importante, las deficiencias existentes. Hay condiciones de carácter universal que se deben observar en

el calzado, como la protección: la suela debe ser de cuero; la horma lo suficientemente ancha, que permita la libertad de los movimientos de los dedos, el contrario debe ser duro y rígido, y el material del calzado ha de ser suave y flexible. Se debe, además, vigilar constantemente la longitud del pie y la del calzado, ya que el pie del niño crece rápidamente. Muchas de las malformaciones son debidas al uso de un calzado inadecuado que puede dar lugar a posiciones viciadas, que en edad adulta tienen difícil solución si no se corrigen en la primera infancia.

LA EDAD PREESCOLAR

Los niños que sufren de dedos desviados suelen ser tratados con correctores hechos de silicona, muy cómodos de llevar, ya que apenas ocupan espacio en el calzado y sólo es necesario tenerlos por el día y quitarlos a la hora de dormir. Se deben hacer revisiones periódicas cada seis meses para ir variando la forma de la ortesis a medida que se vayan alineando los dedos. Los resultados

son muy rápidos y satisfactorios, ya que el tiempo de curación es breve. Estas ortesis se hacen directamente sobre el pie del niño, que no notará ningún cuerpo extraño. De los 3 a los 5 años el niño está en la edad preescolar, que se considera la más óptima para la corrección de la mayoría de las alteraciones funcionales de los pies, así como de su repercusión sobre el resto del organismo, es conveniente acudir al podólogo para que haga un estudio diagnóstico del pie. Por tratarse de una etapa de crecimiento rápido el problema más frecuente es la alteración de la arquitectura ósea y articular. En esta etapa es cuando pueden aparecer trastornos en la formación de los huesos (osificación). Hay que tener en cuenta que la gran elasticidad de los tejidos del niño y la enorme resistencia al dolor y a la fatiga hacen que muchas de las patologías existan sin causar molestias aparentes. No se puede olvidar que los pies crecen, pero los zapatos no. En esta edad es muy importante revisar periódicamente el desarrollo de los pies, prestando especial atención a las deformaciones que producen los zapatos; así como a los desgastes anormales o excesivos de la suela y el tacón. Se debe atender a los dolores persistentes en puntos concretos de los pies o de las rodillas, incluso de la columna. Además, hay que fijarse en la forma de andar: si lo hacen con las punteras hacia dentro o hacia fuera, si juntan o separan las rodillas y observar que haya una buena alineación de los dedos y no están montados. Es importante vigilar que el peso del cuerpo se distribuya hacia los pies de manera equilibrada, ya que de lo contrario habrá muchas patologías, como los juanetes, los dedos en garra o martillo, etcétera.



D. P. MANUELA HERNÁNDEZ CALVO

CON LOS ÚLTIMOS AVANCES TECNOLÓGICOS PARA EL ESTUDIO, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTOS DEL PIE EN EL NIÑO Y EN EL ADULTO

- **PODOLOGÍA INFANTIL.** Corrección de dedos, pies cavos, planos, varos, etc...
- **PODOLOGÍA DEPORTIVA.** Estudio funcional del pie, tratamiento defatigante, alteraciones del sudor.
- **PODOLOGÍA EN EL ADULTO.** Juanetes, uñas incarnadas, papilomas, metatarsalgias, espolón calcáneo, etc...
- **PODOLOGÍA GERIÁTRICA.** Uñas deformes y engrosadas, tratamiento en el pie diabético, afecciones en general

Consultas mañanas y tardes previa petición de hora.

C/. Zamora, 67. Entreplanta, pta. 8. Teléf. 923 21 79 99