

Recomiendan atención desde edades tempranas para detectar pie plano

Especialistas sugieren acudir con el ortopedista a la primera consulta, a los dos años, ante sospechas de esta condición en niñas y niños

El pie plano es una condición que puede producir cansancio, deformidad en calzado o desgaste en articulaciones si no se atiende a edades tempranas, por lo que profesionales de la salud recomiendan **consultar a especialistas a partir de los dos años de edad** para evaluar si hay presencia de este padecimiento.

Entre niñas y niños pequeños es común que al caminar dejen una huella plana, no obstante, se puede deber a que a tempranas edades cuentan con una mayor flexibilidad en sus pies, indicó el doctor Eduardo Gómez Sánchez, ortopedista, traumatólogo y médico adscrito al **Servicio de Ortopedia del Hospital Civil de Guadalajara Fray Antonio Alcalde** [1].

“Tienen una mayor flexibilidad que los adultos, y eso condiciona que tengan lo que se llama ‘pie plano flexible’, que es normal y muy frecuente en los niños de hasta tres años. Aparte, en la planta del pie los niños tienen un remanente de un cojín graso, que es como una pequeña grasa que tenemos y hace que pareciera todavía más plano”, declaró.

Es posible que esta flexibilidad desaparezca con el crecimiento, dijo, además de que las y los niños pequeños también pueden presentar rodillas curvadas antes de caminar, lo que consideró como una condición propia de los bebés.

Detalló que cuando las madres y padres de familia acuden **a la primera consulta a los tres años**, los bebés sean sometidos a una serie de pruebas para conocer cómo se han desarrollado sus pies, rodillas, caderas y columna, y descartar si existen condiciones como el pie plano rígido u otras que puedan implicar dolor.

“El pie plano, por lo regular, no genera dolor; pero cuando lo está generando sí requiere una evaluación para ver cuál es la causa. Lo principal que hacemos es tomar radiografías, hacer una exploración física y una buena evaluación”, precisó.

Exhortó a padres y madres de familia a evitar colocar zapatos ortopédicos a niños antes de los dos o tres años ante la sospecha de pie plano, y a dejar que los pequeños se desenvuelvan en entornos libremente para desarrollar sus habilidades motrices.

Una condición de por vida

Gómez Sánchez resaltó que el pie plano es el principal motivo de consulta entre pacientes pediátricos en el Servicio de Ortopedia del HCG. Sin embargo, entre adultos este padecimiento **no es uno de los más atendidos**.

Estimó que los adultos que no recibieron tratamiento por pie plano durante su infancia sólo acuden con un especialista cuando se presenta dolor, pero debido a que no hubo un tratamiento a temprana edad **es posible que los pacientes adultos ya presenten desgaste en articulaciones**.

Mencionó que el pie plano **no se puede corregir durante la adultez**, aunque existen tratamientos para disminuir los malestares, como plantillas, ejercicios, antiinflamatorios o terapia física.

“La realidad es que si el pie plano estuvo desde joven sin tratamiento, ese pie nunca va a adquirir el arco, porque ya está estructurado y el paciente es un adulto”, aseveró.

Los pacientes adultos que no trataron su pie plano pueden presentar cansancio crónico, lo que puede afectar su estado anímico; además de que suelen desgastar o deformar su calzado con mayor prontitud que personas sin esta condición.

Diferentes pacientes, distintos tratamientos

Además de pacientes pediátricos, el doctor Gómez Sánchez considera que las y los **pacientes adultos mayores son otro sector** que más atienden por padecimientos relacionados con el pie plano.

“Regularmente están en condiciones de un pie con arco, y luego empiezan a notar que va disminuyendo hasta tener pie plano, aunque son menos frecuentes que los niños”, explicó.

Estos casos se conocen como **pie plano adquirido** y ocurren debido a los procesos degenerativos del pie a causa de la edad, provocando que se desgasten los ligamentos y que los músculos de esta zona pierdan fuerza, lo que hace que se perciba como pie plano.

Los pacientes con estos casos deben ser sometidos **a pruebas para determinar las condiciones de sus pies** y de esta manera aplicar un tratamiento específico a cada caso, que va desde el uso de plantillas de soporte hasta procedimientos quirúrgicos en situaciones más complicadas.

El especialista recordó que el HCG Fray Antonio Alcalde dispone del **Servicio de Ortopedia Pediátrica** en el que atienden a niñas y niños, además de la Clínica del Pie para pacientes adultos.

“Ahí hay especialistas que los pueden evaluar y, sobre todo, pueden dar una recomendación de un tratamiento efectivo y con evidencia científica”, puntualizó.

Atentamente

“Piensa y Trabaja”

“1925-2025. Un Siglo de Pensar y Trabajar”

Guadalajara, Jalisco, 2 de enero de 2025

Texto: Pablo Miranda Ramírez

Fotografía: Cortesía Internet

Etiquetas:

[Eduardo Gómez Sánchez](#) [2]

URL Fuente:

<https://www.comsoc.udg.mx/noticia/recomiendan-atencion-desde-edades-tempranas-para-detectar-pie-plano>

Links

[1] <https://www.hcg.gob.mx/>

[2] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/eduardo-gomez-sanchez>