

Leire Garate: "A los niños es importante hacer un estudio de la pisada a partir de los 3 años"

[Multimedia](#)

En un niño de 4 años es normal tener el pie plano, pero es importante valorar que tipo de pie plano es

Los niños tienen que saltar, correr y hacer deporte, pero esto hay que hacerlo de forma segura. Es ahí donde entra en juego el uso de las plantillas. El pie es una de las partes más complejas del cuerpo, ya que consta de 26 huesos unidos por numerosas articulaciones, músculos, tendones y ligamentos y ejerce una función vital, ya que se encarga de sostener el peso del cuerpo sobre el suelo, tanto en estático como en movimiento. Por estas razones, es importante hacer un estudio a los niños cuando aún están madurando y no una vez tengan una mala pisada.

El estudio de la pisada en niños debe realizarse a partir de los 3 años, porque al estar en crecimiento, se puede controlar y corregir la pisada, de tal manera que mientras vayan madurando, los huesos, los ligamentos y la musculatura vayan posicionándose correctamente y así evitar futuras lesiones. Las patologías más comunes que solemos encontrar y se pueden tratar son el pie plano, la enfermedad de Sever y el caminar de puntillas.

En un niño de 4 años es normal tener el pie plano, pero es importante valorar que tipo de pie plano es. Puede ser un pie plano rígido, este se caracteriza porque existen uniones anómalas entre los huesos del pie, otra opción es que sea pie plano flexible, que se caracteriza por ser un pie con estructura esquelética normal, pero con mucha flexibilidad en sus articulaciones, haciendo que el niño al ponerse de pie y apoyar su peso, el puente se hunda y el talón se desvíe hacia fuera. Por último, está el pie plano semiflexible, indicativo de que el paciente presenta un pie plano con mucha posibilidad de autocorregirse y desarrollar un arco plantar.

La enfermedad de Sever es una causa muy frecuente de dolor en el talón en niños. Se trata de una inflamación o irritación en el cartílago de crecimiento en el talón, a causa de que el músculo de la pantorrilla y el tendón de Aquiles traccionan en exceso sobre el punto de inserción al calcáneo inmaduro.

Cuando los niños comienzan a andar suelen poner los pies en diferentes posiciones para caminar, por lo que es normal que al principio el niño camine sobre las puntas de los pies. A partir de tres años, la mayoría adopta un patrón de marcha normal, si no lo hace, podría ser dañino para los pies y para otras partes del cuerpo.

Es importante realizar un estudio al año para ver el progreso de la pisada y la evolución que tiene cada niño en su desarrollo plantar.

Las plantillas de hoy en día son muy fáciles de llevar, no pesan absolutamente nada y son muy cómodas, además, en Policlínica Gipuzkoa las personalizamos con la cara y el nombre de cada niño, haciendo así prácticamente imposible perderlas o confundirse con otras.

Sobre Quirónsalud

Quirónsalud es el grupo hospitalario líder en España y, junto con su matriz Fresenius-Helios, también en Europa. Además de su actividad en España, Quirónsalud está también presente en Latinoamérica, particularmente en Colombia y Perú. Conjuntamente, cuenta con más de 45.000 profesionales en más de 180 centros sanitarios, entre los que se encuentran 58 hospitales con más de 8.000 camas hospitalarias. Dispone de la tecnología más avanzada y de un gran equipo de profesionales altamente especializado y de prestigio internacional. Entre sus centros, se encuentran el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, Centro Médico Teknon, Ruber Internacional, Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitario Dexeus, Policlínica Gipuzkoa, Hospital Universitari General de Catalunya, Hospital Quirónsalud Sagrado Corazón, etc.

El Grupo trabaja en la promoción de la docencia (diez de sus hospitales son universitarios) y la investigación médico-científica (cuenta con el Instituto de Investigación Sanitaria de la FJD, acreditado por la Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación).

Asimismo, su servicio asistencial está organizado en unidades y redes transversales que permiten optimizar la experiencia acumulada en los distintos centros y la traslación clínica de sus investigaciones. Actualmente, Quirónsalud está desarrollando multitud de proyectos de investigación en toda España y muchos de sus centros realizan en este ámbito una labor puntera, siendo pioneros en diferentes especialidades como oncología, cardiología, endocrinología, ginecología y neurología, entre otras.
