

### ¿Qué es?

El pie plano corresponde a una condición en que el arco interno del pie se encuentra aplanado. Se presenta como un hallazgo normal en la mayor parte de los niños menores, ya que tienen un arco que aún está en formación.

### Características

Si bien la mayoría de estos pies son flexibles e indoloros, hay algunos niños que pueden presentar dolor o calambres en la parte interna del pie y dolor en el tobillo. También es frecuente observar una inclinación del talón hacia medial.



El diagnóstico se realiza con el examen físico, pero en algunas ocasiones puede ser necesario solicitar imágenes para determinar la causa exacta.

### Causa

En los niños, el pie plano flexible se asocia frecuentemente a una mayor laxitud de los ligamentos que sostienen los huesos del pie. Menos frecuente es la presencia de un pie plano rígido, que puede deberse a múltiples problemas en el pie.

### Tratamiento

Respecto al manejo, no es recomendable realizar ningún tipo de tratamiento especial cuando estos pies son indoloros. El uso de plantillas o zapatos ortopédicos no están indicados si no hay dolores o molestias. Es importante notar que el hecho de usar plantillas, realizar ciertos ejercicios o calzar zapatos especiales en forma preventiva no acelerará ni formará un mejor arco en los pies.

Los padres deben consultar cuando hay un pie plano que está generando molestias (dolor de pies), produce cojera o limita las actividades del niño. En estos casos se debe recurrir a las plantillas. Éstas aliviarán los dolores en un 90-95% de los casos. En contados casos, las plantillas no serán útiles y pudiera requerirse de una cirugía para solucionar el problema. Se deben evitar el sobrepeso y sedentarismo, ya que dificultan el tratamiento de los problemas de los pies.

#### Traumatología Infantil

Clínica Alemana Vitacura  
Av. Manquehue 1410, piso 8, Vitacura  
Teléfono: (56) 22910 1003

Clínica Alemana de La Dehesa  
Av. José Alcalde Déllano 12205, Centro del Niño, Lo Barnechea  
Teléfono: (56) 22910 7061

Clínica Alemana Centro Médico de Chicureo  
Camino Chicureo, Lote A-2, s/n, Colina  
Teléfono: (56) 22910 400