

PIE PLANO ADULTO

Esta deformidad consiste en lo que normalmente se llama “tener poco puente en el pie” y puede apreciarse simplemente mirando este puente cuando el pie está apoyado en el suelo (Figura 1) cargando el peso del cuerpo, observando que el pie en su parte interna, la que corresponde al dedo gordo, está casi tocando al suelo.



Figura 1

Aunque es mas frecuente en la infancia, las personas mayores pueden tener los pies planos, a veces como consecuencia de haberlos durante la infancia, pero en muchas ocasiones se deberá a otras causas.

El síntoma mas frecuente en adultos con los pies planos es el dolor. Además pueden cansarse con facilidad al poco tiempo de caminar. En los casos más severos, puede ser difícil o imposible ponerse de puntillas.

El dolor suele aparecer a partir de los cincuenta años de edad o más tarde y es consecuencia del desgaste de las articulaciones del pie o de la inflamación de sus tendones. El dolor y el cansancio aparecen al cabo de un rato de caminar y van aumentando a medida que se camina durante más tiempo.

El tratamiento consiste en el uso de plantillas para pie plano, que aguanten el puente del pie que ha disminuido su altura normal. Estas plantillas no pretenden corregir la deformidad, sino que su uso continuado puede lograr que el dolor y el cansancio fácil desaparezcan o disminuyan de manera importante.

En algunas ocasiones será conveniente la realización de una intervención quirúrgica con diferentes técnicas según cada caso, de manera individualizada para cada paciente. Esta operación normalmente consistirá en la fijación de las articulaciones desgastadas y en la reparación de los tendones inflamados, siendo normal que la forma externa del pie se mantenga aplanada.