



[Este panfleto también está disponible en inglés.](#)

## Pies Planos en los Niños

---

### ¿Qué es pie plano?

El pie plano es una condición en la que 1 o 2 pies no tienen un arco normal. Al comienzo, los pies de todos los bebés son planos porque todavía no se han formado un arco. Los arcos deben formarse cuando su niño tiene 2 o 3 años. Usted debería saber que hasta en los niños mayores, el pie plano no causa problemas.

### ¿Cuál es la causa del pie plano?

La mayoría de los casos de pie plano son causados por una conexión suelta en las articulaciones de los huesos del pie y la grasa de bebé entre estos huesos. Estas condiciones hacen que el arco del pie de su niño/a se caiga a la hora de pararse. Puede ser que el pie de su hijo parezca tener arco cuando está sentado o cuando el dedo gordo del pie esté doblado para atrás, pero el arco se aplana cuando el niño/a pone peso contra su pie.

### ¿Debería llevar a mi niño al médico?

Si su hijo/a se queja de dolor en los pies o los tobillos, llévelo al médico. Los pies planos en niños ya grandes pueden causar dolor en el talón o arco, o pueden causar dolor al caminar o al correr. Su doctor puede examinar los pies de su niño para asegurar que el dolor no es causado por un problema en las caderas o rodillas. El pie plano muy raras veces es causado por los huesos en el pie que se han unido o fundido. En este caso, los huesos no se pueden mover y esto causa dolor. Puede ser que su niño/a necesite que le tomen radiografías, pero su médico probablemente le dirá cual es el problema con sólo examinarle los pies.

### ¿Mi hijo necesitará zapatos especiales o plantillas especiales?

Probablemente no. El desarrollo de los pies de su niño/a será el mismo, usando o no plantillas especiales. Los zapatos altos de apoyo o zapatos ortopédicos, las cuñas o calzados son solamente útiles para mantener los zapatos en el pie. Si su hijo/a tiene dolor en los pies, su doctor puede recomendarle una plantilla de tobillo o plantilla para el zapato.

## ¿Hay actividades que pueden empeorar los pies planos de mi hijo/a?

No. Usted no necesita limitar las actividades de su niño/a. Si los pies planos empiezan a doler después de mucho uso, su doctor puede recomendarle descanso. El tipo de zapato, el caminar descalzo, el correr, ejercicios de pies, o saltar, no empeoran los pies planos.

## ¿La cirugía puede ayudar?

La cirugía no ayuda en la mayoría de los pacientes con pies planos. Muy raras veces, si los pies planos de su hijo/a son causados por huesos pegados o fundidos, y si las plantillas y los yesos no ayudan, se puede considerar la cirugía. Su doctor puede ayudarlo a llegar a una decisión.

(Repasado 7/01)

---

Este panfleto provee un resumen del tema y puede que lo explicado no les afecte a todos. Hable con su médico de familia para averiguar si esta información es útil para usted y para aprender más acerca del tema.

Visite a [familydoctor.org](http://familydoctor.org) para más información útil sobre este tema y muchos otros relacionados con la salud.



**American Academy of Family Physicians**  
**(La Academia Americana de Médicos de Familia)**

EL MÉDICO DE LA FAMILIA DE HOY EN DÍA - SE ESPECIALIZA EN TODOS USTEDES.

Copyright © 2002 American Academy of Family Physicians.

Se otorga permiso para imprimir y hacer fotocopias de este material, sólo si se hace con propósitos educativos no-lucrativos. Se necesita obtener un permiso por escrito para cualquier otro uso, incluyendo el uso electrónico.

