



# PODOLOGIA INFANTIL

UNA VISITA DESDE PETITS POT SER  
FONAMENTAL PER EVITAR  
PROBLEMES FUTURS



Sempre és aconsellable vigilar el desenvolupament i la cura dels peus dels nostres fills en ple creixement.

Amb aquest article volem donar una informació més completa sobre aquest important argument. Parlarem de quines són les etapes per les que passa el peu i quina és la correcta evolució de les extremitats inferiors durant el creixement.

Resulta important distingir en cada moment entre el que és normal i el que respon a símptomes que deixen veure, a l'ull expert, possibles problemes futurs.



### **LA IMPORTÀNCIA DE LA PREVENCIÓ**

Considerem fonamental en els nens una visita preventiva per valora el desenvolupament correcte. La millor edat per realitzar-la és una vegada que el patró de marxa s'ha instaurat, és a dir entre els 4 i 5 anys.

És important que els problemes es corregeixin el més aviat possible per evitar que el cos, compensant eventuals problemes, causi desequilibris en altres parts del cos com genolls, maluc o columna (pensem en peus plans, desviacions, suports inadequats ...).

### **L'EVOLUCIÓ DEL PEU EN ELS NENS**

The Footbed Company els mostra una petita guia perquè coneguin l'evolució dels peus dels seus fills durant aquests primers anys tan importants:

## - Primer any

Al llarg del primer any de vida el peu és cartilaginós, vulnerable a qualsevol agressió externa. Hem de vigilar constantment l'estat dels peus. Quan el nen comença a donar les primeres passes és important evitar la seva sobrepès i consolidar els seus peus amb un calçat

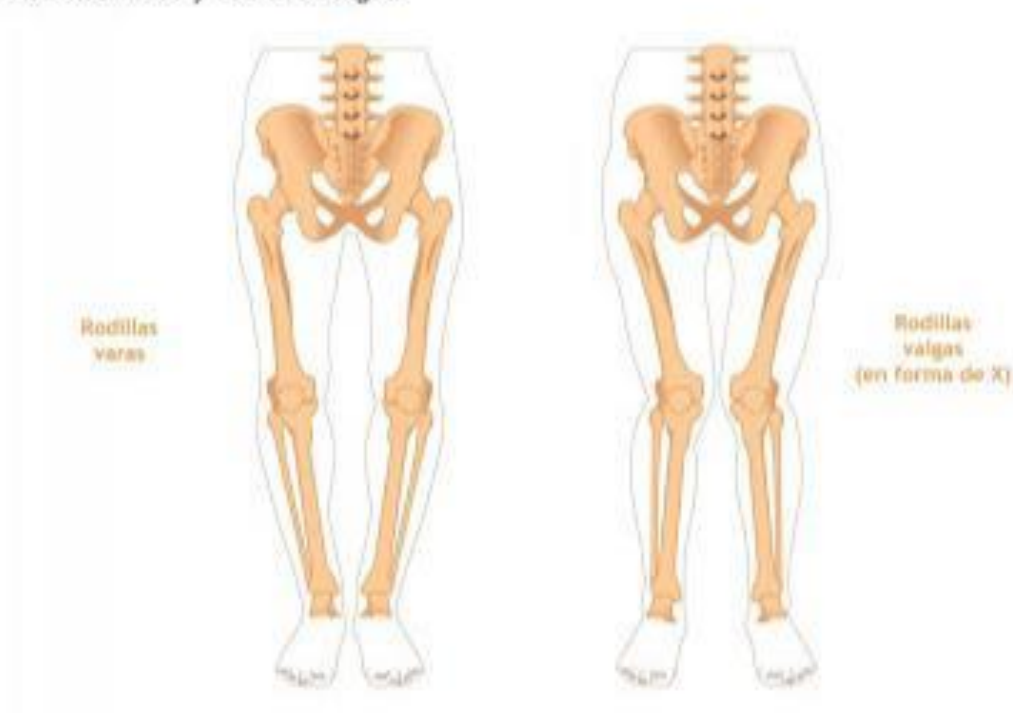
correcte, que controli la posició del taló amb un contrafort segur, i que no oprima en excés els seus dits amb una sola flexible.

## - Entre un i tres anys

Entre un i tres anys el nen busca la seva pròpia verticalitat i adopta multitud de postures i recolzaments amb el peu, pel que no és freqüent trobar un origen patològic en la seva forma de col·locar els peus. El fet que els posi cap a dins o cap a fora no deixa de ser una transició cap a la normalitat. Això sí, pot ser un bon moment per establir, amb l'assessorament d'un podòleg, si aquestes postures són fruit de la normalitat o hem de preocupar.

Un podòleg sap que en aquesta edat el nen experimenta una transició fisiològica. La seva postura sol anar de les "cames en arc o parèntesi" -genu varo--, cap a les "cames en ics" -genu valgo--, fins que la musculatura s'enforteix, el que també té repercussió en la forma de donar suport als peus. A més es genera un augment del greix plantar en la volta o arc intern, que pot donar l'aparença d'un fals peu pla, que cal distingir del veritable.

### Rodillas varas y rodillas valgas



## -Entre quatre i deu anys

Aquesta és l'edat en la qual s'instaura el patró de marxa i representa el moment més apropiat, si cal, per introduir tractaments que aconseguixin la correcció d'eventuals problemes.

En aquest espai de temps se solen donar amb certa insistència casos d'nins hiperlexes, que desvien els peus cap a dins en caminar. Es tracta d'una època en la que és interessant acudir al diagnòstic d'un especialista per conèixer si aquesta situació tindrà conseqüències posteriors. En aquest cas l'obesitat i el sobrepès, també freqüent en aquestes edats, poden afavorir l'aixafament de la volta plantar, sense que es tracti exclusivament d'un problema del propi peu.

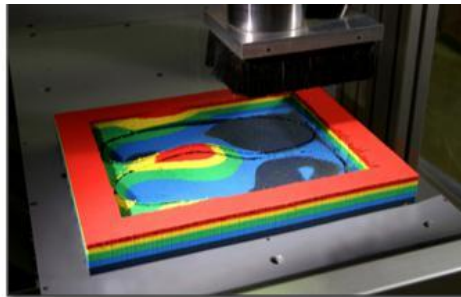
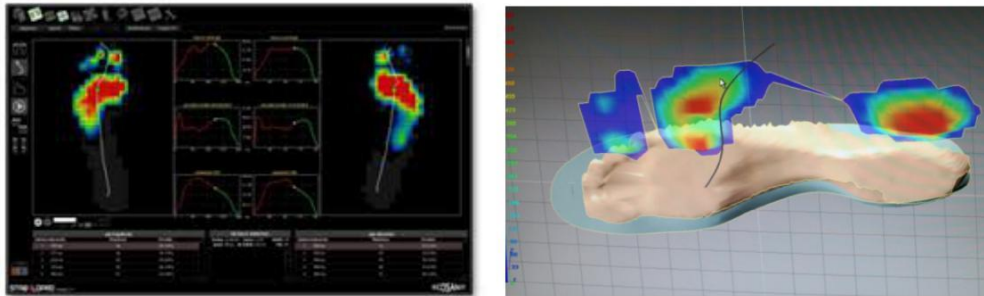
L'exploració del podòleg de descartar qualsevol possibilitat de patologia real, i en el cas que així fos, instaurar un tractament.

Un estudi biomecànic és fonamental per a determinar la necessitat o no d'implantar un tractament. Per a això utilitzarem una exploració clínica ajudada amb l'estudi computat mitjançant plataforma de pressions i càmeres externes.



L'exploració es realitza de forma detallada en sedestació, bipedestació i de forma dinàmica. Les estructures valorades seran el peu, genoll, maluc i columna, de manera a obtenir un diagnòstic global de les possibles anomalies

En cas de valorar la necessitat d'instaurar un tractament, comptem amb les últimes tecnologies per a la realització de recolzaments Plantars Dinàmics.

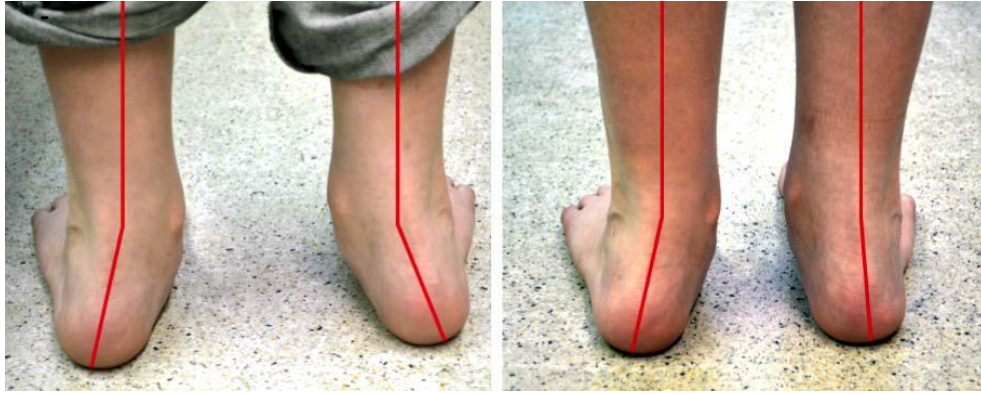


## QUAN HEM D'ANAR A L'ESPECIALISTA?

Existeixen uns símptomes clars que en qualsevol d'aquestes edats podem adonar-nos que el nen pot presentar un problema:

### **Símptomes que indicadors anomalies són:**

- Dolors constants en talons, genolls o cames
- Caigudes freqüents
- Marxes amb els peus cap a dins
- Dolors durant la pràctica esportiva
- Alteracions en la col·locació dels dits
- Enfonsament o desviament del peu



---

**En aquests casos no dubti en consultar als nostres professionals.**

**Laura Pérez Palma**

**Llicenciada i professora titular de Podologia Pediàtrica**

**Universitat de Barcelona i responsable Centre Associat Footbed de Barcelona**



The Footbed Company SL • C/ Protectora 10, local 7, 07012 - Palma de Mallorca  
Tel.: 971 771 174 • email: oficina@footbedcompany.com

[www.footbedcompany.com](http://www.footbedcompany.com)

MADRID • BARCELONA • PALMA • BILBAO • VITORIA • MURCIA • PAMPLONA