

HERMAN ZARATE, DPM

7610 Carroll Ave Suite 350
Takoma Park, MD 20912

6510 Kenilworth Ave Suite 2100
Riverdale, MD 20737

13900 Baltimore Ave
Laurel, MD 20707

TEL. 301-927-9005

FAX 301-927-1313

Equinismo

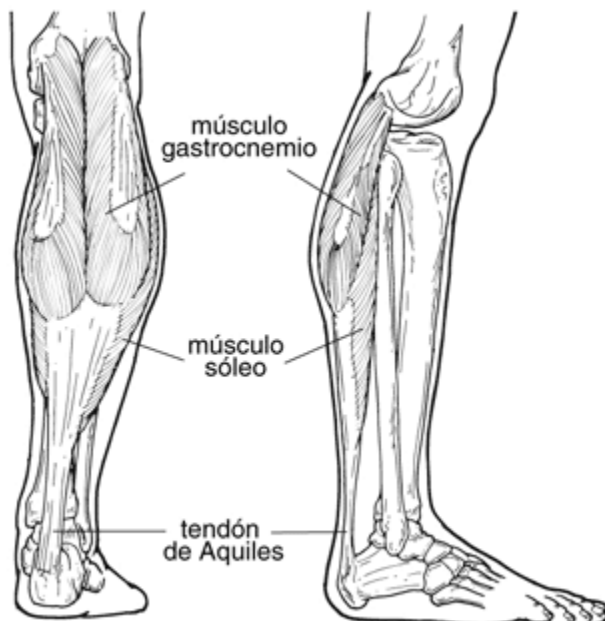
¿Qué es el equinismo? El equinismo es una condición en la que el movimiento de doblado del tobillo hacia arriba está limitado. La persona que tiene pie equino carece de flexibilidad para llevar la parte superior del pie hacia la parte delantera de la pierna. El equinismo puede ocurrir en un pie o en ambos pies. Cuando éste involucra ambos pies, la limitación del movimiento es a veces peor en un pie que en el otro.

Las personas con equinismo desarrollan formas para “compensar” su movimiento limitado del tobillo—y esto, a menudo, conduce a otros problemas en el pie, pierna o espalda. Los métodos más comunes de compensación son el aplanamiento del arco o el levantamiento del tobillo al empezar a caminar, colocando una mayor presión en la bola del pie. Otros pacientes compensan “caminando con los dedos de los pies”, mientras que un número más pequeño da pasos doblando en forma anormal la cadera o la rodilla.

Causas

Existen diversas causas posibles para el rango limitado del movimiento del tobillo. Con frecuencia, esto se debe a una rigidez en el tendón de Aquiles o músculos de la pantorrilla (el músculo sóleo y/o músculo gastrocnemio). En algunos pacientes, esta rigidez es congénita (está presente al nacer) y, a veces, es un rasgo heredado. Otros pacientes adquieren la rigidez a través de situaciones que mantienen el pie apuntando hacia abajo por largos períodos de tiempo—tales como tener una escayola, usar muletas o usar frecuentemente zapatos con tacones altos. Además, la diabetes puede afectar las fibras del tendón de Aquiles y causar rigidez.

A veces el equinismo se relaciona con un hueso que impide el movimiento del tobillo. Por ejemplo, un fragmento de un hueso roto luego de una lesión en el tobillo, o bloque óseo, puede bloquear el caminar y restringir el movimiento.



El equinismo es causado, con menos frecuencia, por espasmos en el músculo de la pantorrilla. Estos espasmos pueden ser signos de un desorden neurológico subyacente, tal como la parálisis cerebral.

Problemas del pie relacionados con el equinismo

Dependiendo de la forma como un paciente compensa la incapacidad de doblar adecuadamente el tobillo, pueden desarrollarse diversas condiciones del pie, tales como:

- Fascitis plantar (dolor del arco / talón)
- Calambre en la pantorrilla
- Tendonitis—inflamación en el tendón de Aquiles
- Metatarsalgia—dolor y/o callosidades en la bola del pie
- Pie plano
- Artritis del mediopié (área media del pie)
- Llagas por presión en la bola del pie o arco
- Juanetes y dedos de martillo
- Dolor en el tobillo
- Periostitis tibial

Diagnóstico

La mayoría de pacientes con equinismo no están enterados de que ellos tiene esta condición cuando visitan por primera vez al doctor. En lugar de ello, visitan al doctor en busca de alivio para los problemas del pie asociados con el equinismo.

Para diagnosticar el equinismo, el cirujano de pie y tobillo evaluará el rango de movimiento del tobillo cuando la rodilla está flexionada (doblada), así como cuando está extendida (estirada). Esto le permite al cirujano identificar si el tendón o el músculo están rígidos, y evaluar si el hueso está interfiriendo con el movimiento del tobillo. También puede ordenarse tomar placas de rayos-X. El cirujano de pie y tobillo puede, en algunos casos, derivar al paciente para una evaluación neurológica.

Tratamiento: Opciones no quirúrgicas

El tratamiento incluye estrategias orientadas a aliviar los síntomas y condiciones asociadas con el equinismo. Además, el paciente recibe tratamiento para el mismo equinismo, por medio de una o más de las siguientes opciones:

- **Ejercicios de estiramiento de la pantorrilla.** Para ayudar a solucionar la rigidez del músculo, se recomiendan ejercicios que estiran el músculo (o músculos) de la pantorrilla.
- **Tablillas para la noche.** El pie puede colocarse en una tablilla por la noche para mantenerlo en una posición que ayude a reducir la rigidez del músculo de la pantorrilla.
- **Cuñas para levantar los talones.** Colocar cuñas para levantar los talones dentro de los zapatos o utilizar zapatos con tacones moderados elimina el esfuerzo en el tendón de Aquiles cuando se camina, y pueden reducirse los síntomas.
- **Soportes de arco o dispositivos artotésicos.** A menudo se prescriben dispositivos ortotésicos hechos a medida, que se colocan en el zapato, para mantener el peso distribuido adecuadamente y ayudar a controlar el desequilibrio músculo / tendón.

¿Cuándo se necesita una cirugía? En algunos casos, una cirugía puede ser necesaria para corregir la causa del equinismo, si ella se relaciona con un tendón rígido o un hueso que impide el movimiento del tobillo. El cirujano de pie y tobillo determinará el tipo de procedimiento que sea el más adecuado para cada paciente.