

Nota: En el Capítulo 11 habíamos sobre los pies zambos. Le aconsejamos que lea las páginas 114 y 116 antes de tratar de corregir un pie zambo.

Entre más chico esté un niño cuando empiece usted a corregirle el pie, más fácil y rápido podrá enderezárselo. **Para mejores resultados, empiece cuando el niño tenga sólo 2 días de nacido.** Si ya tiene más de un año, para corregir bien el pie, lo más probable es que necesite una operación. En la página 116 explicamos cómo *evaluar* qué tan fácil o difícil será la corrección en cada niño.



METODO 1: CON CINTA ADHESIVA

Este método sirve para un bebé que tiene una curva leve o moderada, sobre todo si usted le puede poner el pie en una posición casi normal. Es más fácil y barato usar cinta adhesiva que enyesar, y a veces da mejores resultados. Usted necesitará:

- tintura de benzoína (se unta en la piel para que el fieltro pegue mejor. El óxido de zinc en la tintura ayudará a proteger la piel.)
- algodón
- fieltro adhesivo de 8 mm. de grueso y por lo menos 2 1/2 cm. de ancho
- cinta adhesiva o cinta con óxido de zinc de 2 1/2 cm. de ancho

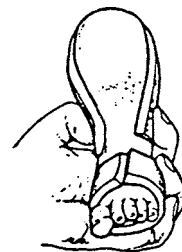
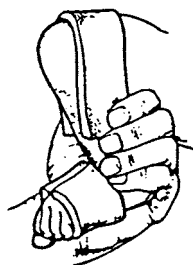
1. Unte tintura de benzoína en las áreas que vaya a cubrir la cinta.
2. Sostenga el pie así y enderécelo suavemente lo más que pueda sin forzarlo.



3. Con la rodilla doblada lo más posible, pegue tiras de fieltro alrededor del pie y sobre la rodilla y la pierna como se muestra aquí.

VISTA DE LADO

VISTA DE FRENTE



4. Ponga cinta adhesiva sobre el fieltro. Empiece por la orilla de adentro del pie, rodee el pie, pase por arriba de la rodilla y baje del otro lado. Use la cinta para jalar el pie a una mejor posición.

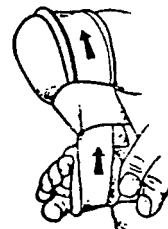
VISTA DE FRENTE



5. Ponga otra tira de cinta alrededor de la pierna 2 veces para asegurar la primera cinta.

VISTA DE FRENTE

VISTA DE LADO



PRECAUCION:
10 minutos después de poner la cinta, revise si alguna parte del pie se ha puesto oscura. Si así es, busque el problema y trate de ajustar el vendaje. Si sigue oscura, quite todo y empiece de nuevo.

Cada 2 ó 3 días, apriete el vendaje ajustando más cinta sobre la anterior, de la misma manera. Al séptimo día, quite todo y deje la pierna libre hasta el día siguiente. Al octavo día, ponga nuevo fieltro y cinta.

(Continúa en la siguiente página.)

Ejercicios para los pies vendados

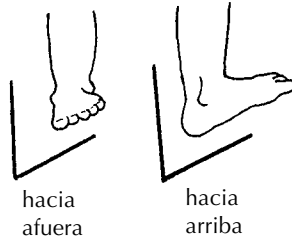
Mientras que el niño tenga el pie vendado, alguien debe hacerle ejercicios de estiramiento cada vez que le den de comer o lo cambien (por lo menos 8 veces al día).

1. Sostenga así la pierna y **voltee el pie entero hacia ARRIBA Y AFUERA.**

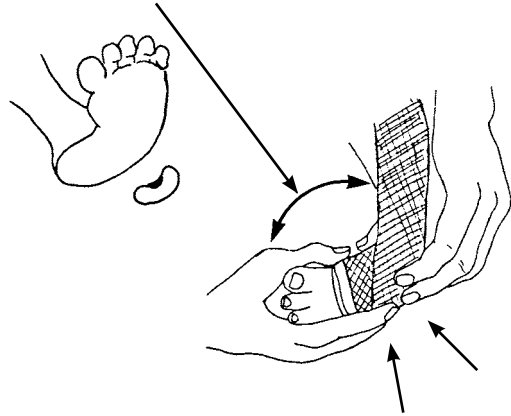
Sosteniéndolo así, cuente hasta 10. Repita esto 10 veces.



2. Dele vuelta al pie como si quisiera que el dedo chiquito tocara la orilla de afuera de la rodilla. Hay que seguir vendando y ejercitando el pie hasta **corregirlo un poco de más** (doblado hacia afuera).



3. Si el pie tiene forma de frijol, también haga un ejercicio para estirarlo en sentido contrario a la deformidad, así.



4. Una vez que estire el pie de esta manera, ayude al niño a estirarlo solo, haciéndole cosquillas en la orilla de afuera del pie.

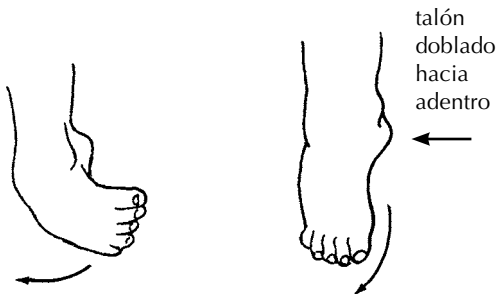
Si el pie no se ha enderezado después de unos 3 meses de vendarlo y ejercitarlo, probablemente necesitará una operación.

METODO 2: CON YESOS

Este método es parecido a la técnica para corregir *contracturas*. (Vea el Capítulo 59.) Un pie zambo se endereza gradualmente en 3 pasos:

Paso A

Enderezar la curva de adentro para que el pie apunte hacia **abajo**. Todavía no empiece a levantar el pie.



Paso B

Corregir el pie demasiado para que apunte hacia **abajo** y **afuera**. Mantenga el pie en esta posición **hasta que el talón ya no esté metido** sino que esté derecho o un poco salido.



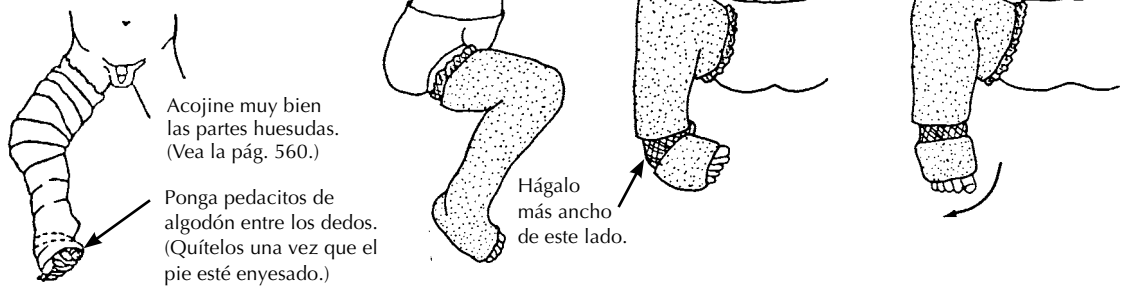
Paso C

Ahora **suba** el pie, asegurándose de que la parte de afuera quede más alta que la de adentro. **Corrija de más.**



Paso A

1. En un niño chiquito, muchas veces es necesario **enyesar toda la pierna con la rodilla doblada** para que el yeso no se resbale hacia abajo. Primero envuelva toda la pierna parejo con tiras de algodón.
2. Enyese la pierna y el pie. Haga muy grueso el yeso alrededor de la rodilla y el talón, donde es más probable que el niño se golpee.
3. Cuando seque el yeso, recórtele un anillo ancho desde el talón hasta medio pie.
4. Suave y lentamente, estire el pie hacia **AFUERA** y **ABAJO**. (No trate de subirlo todavía.)

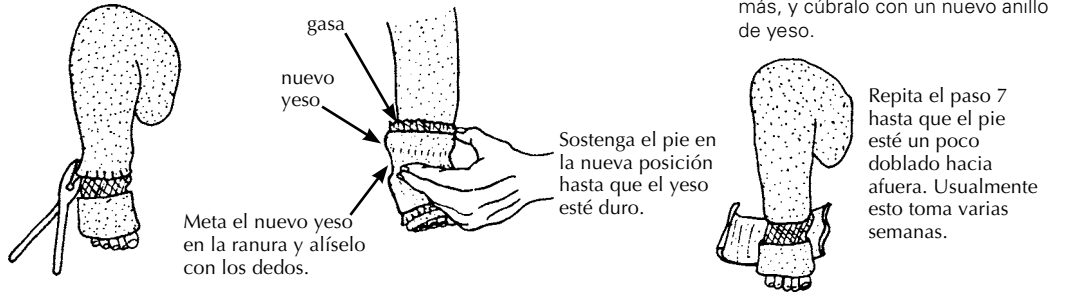


Acojine muy bien las partes huesudas. (Vea la pág. 560.)

Ponga pedacitos de algodón entre los dedos. (Quítelos una vez que el pie esté enyesado.)

Hágalo más ancho de este lado.

5. Para que el filo del yeso no lastime la piel, dóblelo hacia afuera con pinzas (alicates).
6. Ponga un anillo de algodón o gasa suave sobre el pie y cúbralo con nuevas capas de yeso.
7. Una o dos veces a la semana, quite el nuevo anillo de yeso, doble el pie hacia afuera y abajo un poco más, y cúbralo con un nuevo anillo de yeso.



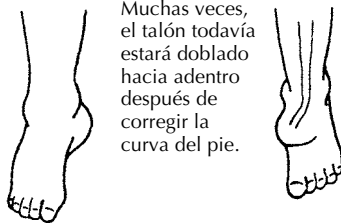
Meta el nuevo yeso en la ranura y alíselo con los dedos.

Sostenga el pie en la nueva posición hasta que el yeso esté duro.

Repita el paso 7 hasta que el pie esté un poco doblado hacia afuera. Usualmente esto toma varias semanas.

Paso B

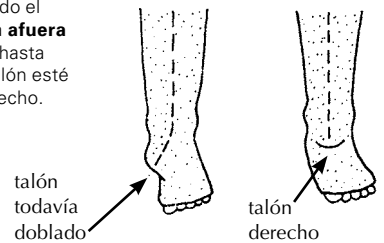
1. Quite todo el yeso y revise la posición del talón.
2. Si es así, siga enyesando el pie hacia **afuera** y **abajo** hasta que el talón esté más derecho.



Muchas veces, el talón todavía estará doblado hacia adentro después de corregir la curva del pie.

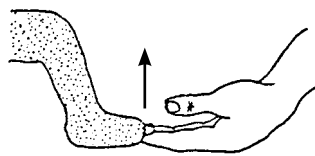
VISTA TRASERA

ANTES **DESPUES**



Paso C

1. Cuando el pie ya no esté torcido, hay que empezar a subirlo con yesos.
2. Mientras enyesa el pie, sosténgalo levantado con 2 dedos.
3. Sostenga el pie levantado hasta que endurezca el yeso.



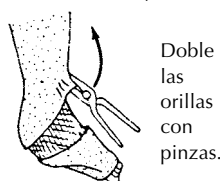
Al sostener el pie, manténgalo volteado hacia afuera de modo que el dedo chico siempre esté más alto que el dedo gordo.



Asegúrese de mantener derechos los dedos.

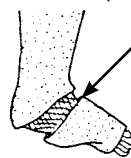


4. Siga subiendo el pie poco a poco usando el mismo método de enyesamiento.

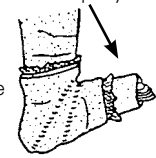


Doble las orillas con pinzas.

PRECAUCION: Asegúrese de que el yeso no pellizque ni se clave en la piel aquí.



5. Siga subiendo el pie poco a poco una o dos veces a la semana hasta que esté así de alto, o hasta que ya no suba más con unos 3 ó 4 cambios de yeso.





Esta niña nació con un pie zambo. Los promotores de rehabilitación lo enderezaron con una serie de yesos. Primero corrigieron la curva de adentro del pie.



Luego fueron subiendo el pie, sacándole anillos al yeso, cerrando el espacio y manteniéndolo cerrado con una nueva tira de yeso. (Vea la pág. 567.)



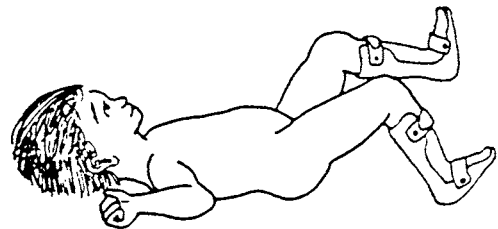
Después de 4 meses de enyesamiento, el pie quedó en buena posición.

IMPORTANTE

Después de corregir un pie zambo, hay que asegurarse de que no se vuelva a doblar.

Los ejercicios y aparatos *ortopédicos* son indispensables. Después de quitar la cinta o los yesos, siga haciendo los ejercicios recomendados, 2 veces al día. (Vea la pág. 115.) Los aparatos que se necesitan después de corregir el pie aparecen en la pág. 116.

Muchos niños necesitan usar aparatos hasta que dejan de crecer (entre 13 y 18 años). Si el problema sigue regresando, probablemente habrá que operar.



Este niño, que tenía los pies zambos, necesita usar aparatos día y noche, por lo menos hasta que empiece a caminar, y después durante la noche.

Revísele los pies a menudo, por años, para asegurarse de que el pie no se esté doblando otra vez. Quizás hay a que mejorar sus aparatos.