

## 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

### Disfunción del Tendón Tibial Posterior



#### ¿Qué es la Disfunción del Tendón Tibial Posterior (PTTD)?

La disfunción del tendón tibial posterior (posterior tibial tendon dysfunction - PTTD) es una inflamación y/o sobre estiramiento del tendón tibial posterior en el pie. Una función importante del tendón tibial posterior es ayudar a darle soporte al arco del pie. Pero en la PTTD, la capacidad del tendón para cumplir esa tarea es impedida, resultando a menudo en un aplanamiento del pie.

El tendón tibial posterior es una cuerda fibrosa que se extiende desde un músculo en la pierna. Baja por la pierna y pasa por el lado interno del tobillo, por un costado del pie, y hasta el arco. Este tendón funciona como una de las principales estructuras de soporte del pie y ayuda al pie a funcionar mientras se camina.

La PTTD es llamada a menudo un “pie plano adquirido de adulto” porque es el tipo de pie plano más común que se desarrolla en la madurez. Si bien esta enfermedad por lo general se da en un solo pie, algunas personas pueden desarrollarla en ambos pies. La PTTD por lo general es progresiva, lo que significa que continuará empeorando – especialmente si no es tratada prontamente.



#### Síntomas de la PTTD

Los síntomas de la PTTD pueden incluir dolor, hinchazón, aplanamiento del arco del pie, y el doblado del tobillo hacia dentro. A medida que la enfermedad progresa, los síntomas cambiarán. Por ejemplo:

- Cuando la PTTD se desarrolla inicialmente, por lo general hay dolor en la parte interna del pie y del tobillo (a lo largo del tendón). Adicionalmente, el área puede estar enrojecida, caliente, e hinchada.
- Luego, a medida que el arco empieza a aplanarse, puede seguir sintiendo dolor en la parte interna del pie y del tobillo. Pero en este punto, el pie y los dedos de los pies empiezan a curvarse hacia fuera y el tobillo se dobla hacia dentro.
- A medida que la PTTD va progresando, el arco se aplanará aún más

y el dolor a menudo pasa al lado externo del pie, debajo del tobillo. El tendón se ha deteriorado considerablemente y con frecuencia se desarrolla artritis en el pie. En los casos más severos, también puede desarrollarse artritis en el tobillo.

#### ¿Qué Causa la PTTD?

El exceso de uso del tendón tibial posterior es la causa más frecuente de la PTTD. De hecho, los síntomas habitualmente se presentan después de realizar actividades en las que está involucrado el tendón, tales como correr, caminar, caminar a campo traviesa, o subir escaleras.

### **Tratamiento: Enfoque No Quirúrgicos**

Debido a la naturaleza progresiva de la PTTD, lo mejor es consultar a su cirujano de pie y de tobillo tan pronto como sea posible. Si son tratados lo suficientemente temprano, sus síntomas pueden solucionarse sin necesidad de recurrir a cirugía y el avance de su enfermedad puede detenerse. Por el contrario, la PTTD que no es tratada puede dejarle con un pie extremadamente plano, una dolorosa artritis en el pie y el tobillo, y crecientes limitaciones para caminar, correr, o realizar otras actividades.

En muchos casos de PTTD, el tratamiento puede empezar con enfoques no quirúrgicos que pueden incluir:

- **Dispositivos ortopédicos o aparatos de soporte.** Para darle al arco de su pie el soporte que necesita, su cirujano de pie y de tobillo puede suministrarle un estribo de soporte para el tobillo o un dispositivo ortopédico sobre medidas que va dentro del zapato.
- **Inmovilización.** En ocasiones se utiliza un yeso corto en la pierna o una bota para inmovilizar el pie y permitir que el tendón sane, o puede tener que evitar someter el pie a soportar peso durante un tiempo.
- **Fisioterapia.** La terapia de ultrasonido y los ejercicios pueden ayudar a rehabilitar el tendón y el músculo después de la inmovilización.
- **Medicamentos.** Los fármacos anti-inflamatorios no esteroideos (AINES) (non-steroidal anti-inflammatory drugs - (NSAIDs)), tales como el ibuprofeno, ayudan a reducir el dolor y la inflamación.

**Modificaciones a los zapatos.** Su cirujano de pie y de tobillo puede aconsejarle hacer cambios en sus zapatos y le puede suministrar unas plantillas especiales diseñadas para mejorar el soporte del arco.

### **¿Cuándo es Necesario Recurrir a la Cirugía?**

En los casos de PTTD que han avanzado sustancialmente o que no se han mejorado con tratamiento no quirúrgico, puede ser necesario recurrir a la cirugía. Para algunos casos avanzados, la cirugía puede ser la única opción. El tratamiento quirúrgico incluye la reparación del tendón, la realineación de los huesos del pie, o ambas. Su cirujano de pie y de tobillo determinará cuál es la mejor solución para su caso específico.