

Corrección del pie en las posturas de carga

PH.-E. SOUCHARD

La articulación subastra-galina es una articulación de ajuste de movimientos relativos en rotación, latero-flexión y desli-zamiento lateral de la pierna y el calcáneo. Para ser esenciales, sus movimientos no están menos li-mitados. Existen restricciones a su rol de adaptación, en particular en caso de varo del calcáneo. Cuando aquel está fuertemente desviado en pronación o en supi-nación, la subastragalina está forzada a transmitir parcialmente su mecanismo a nivel superior. Partiendo de la posición muy inferior de esta articulación, tenemos un efecto de amplifi-cación en los niveles superiores del cuerpo.

Una incapacidad milimé-trica de ajuste de la subastragalina se traduce en desviaciones centi-métricas a nivel superior.

En las posturas en carga (de pie contra la pared, de pie en el centro o de pie inclinado hacia delante), toda corrección que arrastra una modificación sufi-cientemente importante de la subastragalina para ser transmi-tida al calcáneo será ineficaz. Al final de la postura, cuando el calcáneo recobre su posición habitual, el cuerpo recobrará sus desviaciones anteriores.

Inversamente, una corre-cción demasiado importante del calcáneo, no adaptada por la subastragalina se traduce por compensaciones superiores im-portantes. Es por lo tanto, indis-pensable en todas las posturas en carga dosificar la corrección del cuerpo y del pie sin sobrepasar las facultades de adaptación de la subastragalina. Esta debe estar permanentemente solicitada en corrección de forma que se man-tenga en la posición más perfecta posible. Para ello disponemos de un cierto número de medios.

MANIOBRAS DEL PIE

Son esenciales cada vez que la corrección del pie en las postu-

ras en carga se prevee difícil. Todos los RPGistas las conocen, pero es bueno precisar que al comienzo de la postura, es esencial aprovechar su efecto para elegir la importancia que se va a aportar a la corrección de los miembros inferiores en función de la mejor corrección del pie y de la subastragalía. Esta “repetición” condiciona la eficacia del trabajo global que va a seguir.

ELECCION DE LA POS-TURA EN FUNCION DE LA IMPORTANCIA DE LOS PROBLEMAS

Cuando los problemas de miembros inferiores y de pies son muy importantes, no es siempre posible programar el trabajo directamente de pie en el centro o de pie inclinado hacia delante.

Cuando dominan los problemas de tibial anterior (arco interno demasiado marcado, antepulsión-adducción de la pierna...), hace falta primero privilegiar la rana al suelo en su primera parte, pies equinos. Después es necesario pasar a la postura de pie contra la pared, lo que permite una intervención manual del terapeuta a nivel de los pies y de los miembros inferiores.

Cuando el tríceps sural muestra particularmente problemas y cuando la corrección del pie se revela demasiado difícil en la postura de la bailarina, hace falta comenzar a trabajar en rana al aire.

ELECCION DE LA “V” DE LOS PIES EN LAS POSTURAS EN CARGA

En posición tobillos juntos, la “V” fisiológica es de 30°.

A partir de esta constatación se presentan para el terapeuta tres casos.

1- Esta “V” no puede ser respetada. Es el caso cuando en una coxoartrosis, por ejemplo, coloca el miembro inferior en excesiva rotación externa. En este caso, hace falta simetrizar la apertura del otro pie y tratar poco a poco a lo largo de la postura de aproximarse a la normalidad de 30°.

2- La intención de la postu-ra en carga no lleva específica-mente sobre la corrección de los miembros inferiores. La posición en “V” fisiológica a 30° es suficiente.

3- Las correcciones en la postura elegida deben concernir particularmente los pies y los miembros inferiores porque son ellos los que presentan problema. En este caso, es posible ser toda-vía más severo con ellos, cerran-do progresivamente la “V”. La corrección puede ir hasta trabajar con los bordes internos de los pies en contacto uno con otro.

En cualquier caso, hay la posibilidad de corregir bien el pie y mantener la subastragalina en posición neutra que condiciona la elección.

PILOTAJE DEL PIE DURANTE LA POSTURA

Los dedos en garra

La crispación de los dedos en flexión impide controlar la acentuación del arco interno y puede incluso por sí solo pertur-bar la corrección del calcáneo. Hace falta pues vigilar permanen-temente el alargamiento más natural posible de los dedos.

El hallux valgus

El recentraje de un calcáneo varo lo agrava. A la inversa, el acercamiento de los dedos gordos al hallux valgus arquea el arco interno y coloca al calcáneo en varo. Conviene entonces corregir los dos al mismo tiempo.

El arqueamiento del arco interno

Proviene según los casos, de un varo de calcáneo (principal-mente en la postura de pie inclinado hacia delante) o de la tracción de una tibia anterior (sobretudo en las posturas de pie contra la pared o de pie en el centro). Hace falta corregir por la acción de los peroneos

laterales. Nuestros pacientes que tengan dificultades para comprender y sentir el movimiento, hay que pedirles la abducción del quinto dedo.

La apertura de tobillos

Se trata de la compensación más penalizante porque tiene como consecuencia una desviación obligatoria de la subastragalina. Esta apertura se corrige por la aducción submaleolar. Cuando el arco interno aumenta todavía más que lo que no se abren los maleolos, hay que acompañar la aducción submaleolar con la abducción del quinto dedo.

El uso de la plancheta

Está indicada en la postura de pie inclinado hacia delante. Aquí también se pueden presentar diferentes casos:

1. la retracción del tríceps es suficientemente fuerte para colocar el pie en equino. El uso de la plancheta en el comienzo del tratamiento es imposible.

En ciertos casos, hará falta incluso aceptar el cambio de orientación de la plancheta, para respetar el equino, y bajarla progresivamente hasta que el pie pueda apoyarse en el suelo a 90° de flexión dorsal.

2. el soleo está más rígido que los gemelos.

En este caso, en el momento de elegir la postura, la reequilibración de los pies en talus ha mostrado que la flexión dorsal es muy difícil, incluso si las rodillas están dobladas.

En el transcurso de la sesión, habrá que insistir más sobre la elevación de la plancheta y retardar la extensión de las rodillas.

3. la rigidez de gemelos predomina.

En la reequilibración, el talus de los pies a sido más difícil de obtener con las rodillas estiradas que con las rodillas dobladas.

En la postura de pie inclinado hacia delante, habrá que tratar de obtener la extensión total de las rodillas.

ARMONIZACION DE LA CORRECCION DEL PIE Y DE LA PIERNA EN POSICIÓN NEUTRA DE LA SUBASTRAGALINA

Hemos comprendido que no se puede aceptar la menor trampa del pie o de la subastragalina en la corrección del miembro inferior.

Pero hay que comprender que, cuando el pie y la subastragalina no están en posición correcta en el instante de comenzar la postura, significa que no deben ser en ningún caso agravados durante el trabajo sino, por el contrario, llevarlos poco a poco hacia la normalidad. Se reencontra aquí un de las reglas fundamentales de la RPG: todo es aceptable al comienzo. Lo que no es aceptable es ver la situación del pie o de la subastragalina empeorar con la tensión, aunque sólo sea de forma milimétrica y esto en particular cuando la intención terapéutica esté particularmente sobre este lugar del cuerpo.

EQUILIBRIO EN LA POSTURA DE PIE EN EL MEDIO

Esta postura, en particular, es la postura de la reeducación y del equilibrio. Además de la corrección metódica de los pies y de la subastragalina, deberemos vigilar el equilibrio antero-posterior y lateral.

Para lo primero, la regla es la siguiente: el terapeuta debe pedir en cada momento a su paciente que mantenga su equilibrio de forma que si retiramos de forma brusca la mano de apoyo en el occipital, el paciente no se sienta perturbado. Para ello la mano del terapeuta debe ejercer una tracción vertical sobre el occipital y no una presión pósterior exagerada.

En lo que concierne al equilibrio lateral, hay que impedir las desviaciones de peso más sobre un pie que sobre otro, manteniendo que la línea de gravedad recaiga en el centro de los dos pies.

