

Corrección del pie en las posturas en carga

PH. E. SOUCHARD

La articulación sub-astragalina es una articulación de ajuste de los movimientos relativos en rotación, latero-flexión y deslizamiento lateral entre la pierna y el calcáneo. Para que sean esenciales, estos movimientos no deben estar limitados. Existen restricciones a su función de adaptación, en particular en caso de varo de calcáneo. Cuando éste está muy desviado en pronación o supinación, la sub-astragalina tiene dificultades para transmitir particularmente su mecanismo de adaptación a un nivel superior. Debido a la posición muy inferior de esta articulación, se produce un efecto de amplificación importante a niveles superiores del cuerpo.

Una incapacidad milimétrica de ajuste en la sub-astragalina se traduce por desviaciones de centímetros a nivel superior.

En las posturas en carga (de pie contra la pared, de pie en el medio o de pie en flexión anterior), toda corrección que genere una modificación suficientemente importante de la sub-astragalina para que se transmita al calcáneo será insuficiente. Al final de la postura, cuando el calcáneo vuelva a su postura inicial, el cuerpo recuperará sus desviaciones anteriores.

A la inversa, una corrección demasiado importante de calcáneo, no adaptada por la sub-astragalina, se traducirá en compensaciones superiores importantes. Es entonces indispensable en todas las posturas en carga dosificar las correcciones del cuerpo y del pie sin sobrepasar las facultades de adaptación de la sub-astragalina. Esta adaptación debe solicitarse en corrección de forma permanente de cara a que se mantenga en la posición más perfecta posible. Para esto, disponemos de un cierto número de medios.

MANIOBRAS DEL PIE

Son esenciales cada vez que la corrección del pie en las posturas

en carga se prevee difícil. Todos los RPGistas las conocen pero es bueno precisar que al comienzo de la postura, es esencial aprovecharse de su efecto para elegir la importancia aportada a la corrección de los miembros inferiores en función de la mejor corrección del pie y de la sub-astragalina. Esta «repetición» condiciona la eficacia del trabajo global que va a continuación.

ELECCION DE LA POSTURA EN FUNCION DE LA IMPORTANCIA DE LOS PROBLEMAS

Cuando los problemas de los miembros inferiores y del pie son muy importantes, no es siempre posible comenzar el trabajo directamente de pie en el medio o de pie en flexión anterior.

Cuando los problemas del tibial anterior dominan (bóveda interna excesivamente ahuecada, ante-pulsión-aducción de la pierna...) hay que privilegiar en primer lugar la rana en el suelo en su primera parte, en la posición de pies equinos. Después hay que seguir con la postura de pie contra la pared, que permite una intervención manual del terapeuta a nivel de los pies y los miembros inferiores.

Cuando el tríceps sural dificulta particularmente y la corrección del pie se vuelve excesivamente difícil en la postura de la bailarina, hay que comenzar a trabajar en la rana en el aire.

ELECCION DE LA «V» DE LOS PIES EN LAS POSTURAS EN CARGA

Con los tobillos juntos, la «V» fisiológica es de 30°.

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

1- Esta «V» no puede ser respetada. Es el caso de una coxartrosis, por ejemplo, que coloca al miembro inferior en una excesiva rotación externa. En este caso, hay que poner simétrica la apertura del otro pie y poco a poco a lo largo de la postura ir acercando hacia la normalidad de 30°.

2- La intención de la postura en carga no influye específicamente sobre la corrección de los miembros inferiores. La posición en «V» fisiológica de 30° es suficiente.

3- Las correcciones en la postura elegida deben concernir particularmente a los pies y los miembros inferiores ya que estos son justamente los que tienen el problema. En este caso, es posible ser todavía más severos con ellos, y cerramos progresivamente la «V». La corrección puede ir hasta trabajar con los bordes internos de los pies en contacto uno con el otro.

En cualquiera de los casos, es la posibilidad de corregir el pie y mantener la sub-astragalina en posición neutra lo que condiciona la elección.

PILOTAGE DEL PIE DURANTE LA POSTURA

Dedos en garra

La crispación de los dedos en flexión impide el control del ahuecamiento de la bóveda interna y puede perturbar igualmente la corrección del calcáneo. Hay que vigilar permanentemente el alargamiento más natural posible de estos dedos.

Hallux valgus

La realineación de un calcáneo varo lo agrava. Inversamente, el acercamiento del dedo gordo en hallux valgus ahueca la bóveda interna y coloca el calcáneo en varus. Es necesario corregir los dos al mismo tiempo.

Ahuecamiento de la bóveda interna

Se origina según el caso de un varo de calcáneo (principalmente en la postura de pie flexión anterior) o de la tracción del tibial anterior (sobre todo en las posturas de pie contra la pared o de pie en el medio). Es necesario corregirlo 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.

Separación de los tobillos

Se trata de la compensación más penalizada ya que tiene como

consecuencia una desviación obligatoria de la sub-astragalina. Esta separación se corrige con la aducción sub-maleolar. Cuando la bóveda interna se arquea todavía más que la separación de los maleolos, hay que acompañar la aducción sub-maleolar de la abducción del quinto dedo.

Uso del plano inclinado

Este está reservado a la postura en flexión anterior.

Aquí también tenemos diferentes posibilidades que se nos pueden presentar:

1. La retracción del tríceps es suficientemente grande para colocar el pie en equino. El uso del plano inclinado al comienzo del tratamiento es imposible. En algunos casos, tendremos que aceptar incluso el cambio de orientación de la plancheta, es decir la inversión del plano para respetar el equino y progresivamente ir bajando hasta que el pie pueda ponerse en el suelo a 90° de flexión dorsal.

2. El soleo está más rígido que los gemelos.

En este caso, en la elección de postura, la reequilibración de los pies en tallus ha mostrado que la flexión dorsal es muy difícil, igualmente si las rodillas están flexionadas. En el transcurso de la sesión, hay que insistir sobre la elevación de la plancheta y atrasar la extensión de las rodillas.

3. La rigidez de los gemelos predomina.

Durante la reequilibración, el tallus de los pies ha sido más difícil de obtener con las rodillas estiradas que con las rodillas flexionadas. Durante la postura de pie flexión anterior, tendremos como objetivo obtener la extensión total de las rodillas.

ARMONIZACION DE LA CORRECCION DEL PIE Y DE LA PIERNA EN POSICION NEUTRA DE LA SUB-ASTRAGALINA

Hemos podido comprender que no podemos aceptar la mínima compensación del pie o de la sub-astragalina durante la corrección del miembro inferior.

Pero también hay que comprender que cuando el pie y la sub-astragalina no están en una posición correcta antes incluso de comenzar la postura, este imperativo significa que en ningún caso debe agravarse durante el trabajo, pero por el contrario, evolucionar poco a poco hacia la normalidad. Encontramos aquí una de las reglas fundamentales de la R.P.G.[®]: todo es aceptable al comienzo. Lo que no es aceptable es ver la situación del pie o de la sub-astragalina empeorar durante la tensión, ni incluso de forma milimétrica y esto en particular ya que la intención terapéutica lleva particularmente sobre esta zona del cuerpo.

EL EQUILIBRIO EN LA POSTURA DE PIE EN EL MEDIO

No dejaremos de repetirlo, esta postura es en particular, la de la reeducación del equilibrio. Además de la corrección atenta de los pies y de la sub-astragalina deberemos también vigilar la relación del equilibrio antero-posterior y lateral.

Para el equilibrio antero-posterior la regla es la siguiente: el terapeuta debe en cada instante pedir al paciente que mantenga su equilibrio de forma que si la mano de apoyo en el occipital se retira bruscamente, la postura no sufra ninguna perturbación. Para ello la mano del terapeuta debe ejercer una tracción vertical sobre el occipital y no una presión antero-posterior exagerada.

En lo que concierne al equilibrio lateral, hay que impedir los transportes de peso más sobre un pie que sobre otro, ya que la línea de la gravedad debe caer en el centro de los dos pies.

