

# Disfunción del Tendón Tibial Posterior (PTTD)

## ¿Qué es la disfunción del tendón tibial posterior o PTTD?

El tendón tibial posterior se desempeña como una de las principales estructuras de soporte del pie y ayuda en el funcionamiento del mismo al caminar. La disfunción del tendón tibial posterior (PTTD, posterior tibial tendon dysfunction) es un padecimiento cuya causa son los cambios en el tendón que limitan su capacidad de soportar el arco del pie. Esto produce como resultado que el pie esté plano.



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 edad adulta. 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.

## Causas

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.

## Síntomas

Los síntomas de la PTTD pueden incluir dolor, hinchazón, aplanamiento del arco del pie y tobillo doblado hacia adentro. A medida que la enfermedad progresa, los síntomas cambian.

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). Además, 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 del pie empiezan a curvarse hacia fuera del tobillo y el tobillo se dobla hacia adentro.



A medida que la PTTD va progresando, el arco se aplanará aún más y el dolor a menudo pasa al lado extremo del pie, debajo del tobillo. El tendón se ha deteriorado considerablemente y con frecuencia se desarrolla artritis en el pie. En los casos más graves, también puede desarrollarse artritis en el tobillo.

## Tratamiento no quirúrgico

Debido a la naturaleza progresiva de la PTTD, se recomienda un tratamiento temprano. Si se trata lo suficientemente temprano, sus síntomas pueden solucionarse sin necesidad de recurrir a cirugía y el avance de la 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 médico en pie y tobillo puede indicarle el uso de un estribo de soporte para el tobillo o de un dispositivo ortopédico a la medida que se coloca 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 tal vez necesite evitar completamente apoyar peso sobre el pie durante un tiempo.
- **Terapia física.** La terapia de ultrasonido y los ejercicios pueden ayudar a rehabilitar el tendón y el músculo después de la inmovilización.

- **Medicación.** Los medicamentos antiinflamatorios no esteroides (NSAID), tales como el ibuprofeno, ayudan a reducir el dolor y la inflamación.
- **Modificaciones del calzado.** Su médico de pie y tobillo puede aconsejarle hacer cambios en su calzado y le puede indicar el uso de plantillas especiales diseñadas para mejorar el soporte del arco.

## ¿Cuándo se necesita la cirugía?

En los casos de PTTD que ha avanzado sustancialmente o que no se ha mejorado con tratamiento no quirúrgico, puede ser necesario recurrir a la cirugía. Para algunos casos avanzados, ésta puede ser la única opción. Su médico de pie y tobillo determinará cuál es la mejor solución para su caso específico.