

# Marcha “con los pies hacia dentro” o en intratorsión

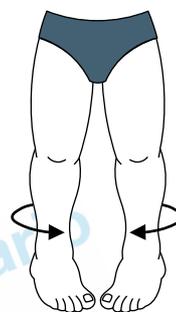
## HOJA INFORMATIVA PARA PACIENTES

La mayoría de las personas caminan con la punta de los pies apuntando hacia delante. Es frecuente durante la infancia que algunos niños **metan los pies hacia dentro al caminar**. A esto se le llama caminar con los pies hacia dentro, marcha en intratorsión o “*intoeing*”.

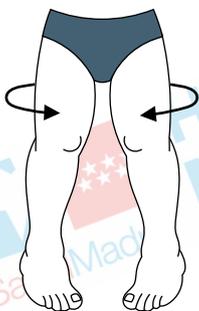
Hay 3 causas comunes de meter los pies al caminar:

### Torsión tibial interna

La tibia, uno de los huesos entre el tobillo y la rodilla, es el hueso más comúnmente torcido hacia dentro en niños pequeños (**Ver imagen de la derecha**). El hueso se rota hacia fuera lentamente a medida que el niño crece. Por lo general, la torsión se **corrige espontáneamente en la edad escolar**.



### Anteversión femoral



Se produce cuando el fémur, que es el hueso entre la cadera y la rodilla, está torcido hacia dentro (**Ver imagen de la izquierda**). Es la causa más frecuente en niños por encima de 6 años y suele corregirse, más lentamente, hacia los 9-10 años. Estos niños tienen más facilidad para sentarse con las piernas en posición de “W.” **No existe evidencia de que esta postura sea dañina, pero podría ser aconsejable evitarla.**

### Metatarso aducto

Los pies tienen una forma con curva hacia dentro. En el pie normal el borde lateral es recto, mientras que en el metatarso aducto es curvo (**Ver imagen de la derecha**). Normalmente suele ser por la posición en el útero. En la mayoría, el pie es flexible y mejora sin tratamiento, o simplemente con ejercicios.

Algunos niños pueden requerir yesos, ortesis o zapatos especiales en los primeros años de vida.



En el desarrollo normal de los niños las piernas suelen rotar hacia fuera, corrigiéndose la marcha en intratorsión.



No hay ejercicios específicos, plantillas, ortesis o zapatos que puedan ayudar a corregir la torsión femoral o tibial.



No es necesario intentar modificar la forma de caminar de su hijo ya que no alterará su desarrollo y puede llevar a la frustración del niño sin ninguna razón.



**En la mayoría de los casos se corrige de forma natural cuando el niño crece y no necesita tratamiento.**

Algunos niños pueden tener esta condición durante la edad adulta y la mayoría no tiene ningún problema.

La torsión tibial interna o anteversión femoral sólo requiere tratamiento mediante cirugías en los casos graves o cuando sobrepasa el rango de edad normal.

## CONSULTA AL MÉDICO SI SU HIJO...

- Solo mete un pie hacia dentro.
- La intratorsión es grave y no mejora o empeora con el tiempo.
- Su hijo tiene muchas caídas y es muy torpe cuando hace deporte.
- La forma de los pies no mejora con el tiempo.
- Tiene dolor o cojera persistente.

*Esta hoja informativa ha sido elaborada por el Servicio de Ortopedia Infantil del Hospital Infantil Universitario Niño Jesús, y la información contenida está destinada a ayudar, no a sustituir, la consulta con su médico. No está permitida la reproducción de las hojas informativas sin autorización. © 2021*

Los niños con intoeing son igual de buenos en el deporte y **no tienen más probabilidades de sufrir artrosis o problemas de espalda** que cualquier otra persona.



Si le preocupa que su hijo meta los pies hacia dentro, puede **realizar fotografías o vídeos de su hijo caminando cada 6 meses** para llevar un registro de los cambios, y enseñárselos a su médico.

