

La estética del pie

Una disciplina en auge

Entre los nuevos ámbitos de la Medicina Estética nos encontramos todo aquello relacionado con el pie, un área en que se entremezclan indefectiblemente estética y funcionalidad. Hasta hace pocos años, el pie patológico era el único que los pacientes consideraban, pero esta tendencia está cambiando a gran velocidad.

En esta "nueva era" de la estética del pie, **Jorge Barnés Andreu, presidente del Colegio Profesional de Podólogos de Andalucía**, explica que "los inestetismos que más se tratan en la estética del pie pueden clasificarse en cuatro grandes grupos:

El primero abarca aquellos problemas con trascendencia quirúrgica: las deformidades en los dedos – dedos en martillo, en garra, botones que se forman en los dedos por la fricción con los zapatos, segundo dedo demasiado largo... También tenemos los lunares, verrugas o varicosidades muy alteradas, y, en las personas más mayores, sobre todo en mujeres menopáusicas, las grietas en los talones. Estas últimas hay que tratarlas no sólo por la patología por sí misma (generan sangrado) sino también por su vertiente estética".

El segundo grupo es el tratamiento de la hiperhidrosis. "Este problema, además de ser inestético, genera una gran inseguridad en el paciente. Estamos empezando a utilizar toxina botulínica en la planta del pie para tratarlo, empleando anestesia local y con pequeñas microinfiltraciones que tienen una duración de hasta dos años".

El tercer grupo lo integran "los tratamientos que afectan a la estética global del indi-



El aumento de estatura sin cirugía es uno de los tratamientos más solicitados por estética en los pies.

viduo: asimetrías, estatura demasiado baja, etc. Con rellenos permanentes como las poliácridamidas infiltrados en los talones, se logra un incremento de altura de hasta cinco centímetros. No es una solución definitiva, pero sí puede durar hasta cuatro años".

Finalmente, tenemos el tratamiento de las uñas engrosadas. "El procedimiento que seguimos es vaciar la uña, dejar una pequeña capa y cubrirla con acrílicos o geles. Este

tratamiento funciona igual de bien que las manos: a medida que va creciendo la uña, se va aplicando un relleno, generalmente cada cuatro a seis semanas. Es muy solicitado por los hombres, sobre usuarios de gimnasios”.

La **Dra. María José Barba, Master en Cirugía Estética y Doctora en Dermatología Medico-Quirúrgica**, apunta que “los tratamientos estéticos en los pies más solicitados son aquellos que pueden conseguir que los pacientes no dependan diariamente de tener que llevar plantillas o alzas en su calzado, como el aumento de estatura sin cirugía, disimetrías moderadas (una pierna más corta que otra), el dolor de los metatarsianos por los tacones y pie plano, varo o valgo (pronador o supinador)”.

Aunque ahora mismo la estética del pie esté de moda, **Alfredo Martínez Calderón, presidente del Ilustre Colegio Oficial de Podólogos de la Comunidad Valenciana**, explica que “aunque la podología estética se está desarrollando desde hace relativamente poco, los podólogos siempre han tratado la salud del pie guardando una estética, siempre enfocada a la consecución de objetivos planteados para el tratamiento de patologías”.

El experto añade que “se han diseñado y estudiado técnicas quirúrgicas que tratan patologías guardando una estética final, pensando siempre en el mantenimiento de una biomecánica normalizada, por lo que el planteamiento estético de la podología siempre está encuadrado dentro de la consecución de salud”.

Tratamientos quirúrgicos

A nivel estrictamente quirúrgico, El **Dr. Javier Torralba Estellés, Presidente de la Asociación Española de Cirugía Podológica**, explica que “un gran número de medios (científicos y no tanto), se hacen eco cada vez más de los avances y de las espectaculares cirugías que para nosotros se realizan con cierta asiduidad. Lo más normal es encontrarnos en la clínica con pacientes que requieren un

“En podoestética, los conceptos de funcionalidad y estética deben ir siempre de la mano. Gracias al láser y otras herramientas mínimamente invasivas, esta disciplina logra excelentes resultados con intervenciones mucho menos cruentas”



Dismetría:
antes y después de
la corrección de la
pisada.
Archivo Dra. M^a José
Barba

acortamiento de sus dedos medios, es la cirugía que está en la actualidad con un mayor auge, aunque no la que más se realiza”.

El doctor apunta que “la lista iría encabezada por la cirugía de los dedos en garra, que ya es muy conocida por todos y que se realiza en un amplísimo abanico de pacientes de todas las edades. Si hablamos de cirugías de partes blandas, está en boga la eliminación de grasa de los dedos de los pies. Otra



Metatarsalgia: tratamiento a través de inyección.
Archivo Dra. Mª José Barba



cirugía bastante curiosa que se demanda es el alargamiento de los dedos pequeños o su reposicionamiento, con la finalidad de introducirlos en cierto tipo de calzado, así como la eliminación de los botones hiperpigmentados, los pequeños círculos de piel más morena que aparecen en el dorso de los dedos de los pies, coincidiendo con las zonas de roce con el calzado. También se corrigen aberraciones propias de uñas deformadas o perdidas. No podemos olvidarnos de un clásico, la eliminación de la protusión provocada por los juanetes, que técnicamente denominamos 'bunionectomía'.

Nuevas técnicas y tecnologías

El Dr. Torralba expone que "las novedades van encaminadas al uso de tecnologías existentes con nuevas indicaciones de uso,

como es el caso del láser. Actualmente estamos haciendo cirugías de partes blandas mediante el uso de estos dispositivos con unos resultados excelentes y una mejor tasa de recuperación, cosa que el paciente valora mucho. La eliminación de cicatrices antiguas sigue siendo un caballo de batalla si buscamos una desaparición radical, pero a través del láser o la microabrasión estamos consiguiendo resultados muy satisfactorios para el paciente. Este es un campo en el que se está avanzando mucho, pero todavía hay que conseguir efectos más perfectos desde la óptica del profesional".

"Los rellenos dérmicos también tienen su uso en la cirugía estética del pie – añade el doctor. - Se infiltran tanto en los dedos para relleno como en los talones y bajo la zona de apoyo de los dedos".

Alfredo Martínez Calderón cita también "las últimas tecnologías como el láser, la cirugía de mínima incisión, las técnicas de reconstrucción ungueal y los tratamientos de la piel a través de la cosmecéutica" y la Dra. María José Barba apunta la Medicina Infiltrativa. La doctora explica que es "una potente herramienta en la podología estética. Sin molestias, sin cirugía y en un corto plazo de tratamiento, esta medicina mejora no solo la estética del pie, sino que además se obtiene la normalización en la pisada con la eliminación o reducción considerable de las deformidades y el dolor".

Lo que ahora se trata

Jorge Barnés explica que "problemas que antes apenas se trataban, ahora se abordan desde un punto de vista estético, además de patológico. El primer ejemplo son los hongos en los pies: hasta ahora se entendían como una patología. Si eran saprofitos y no molestaban ni invadían, no se trataban, mientras que ahora nos ocupamos más de ellos y con gran efectividad gracias al láser".

Otro ejemplo son las verrugas, "antiestéticas y además patológicas, cada vez más

Cuidando siempre la funcionalidad: el 'método Cenicienta'

El 'método Cenicienta', según explica Jorge Barnés, "consiste en amputar el quinto dedo para poder utilizar zapatos estrechos y de tacón. En pies muy anchos, incluso nos piden que amputemos la cabeza del metatarsiano. En España, afortunadamente, este tipo de intervenciones no se practican. Este 'método' conlleva una importante repercusión biomecánica y de estabilidad y genera grandes complicaciones en columna y cadera".



Pie recién realizado un aumento de tamaño del talón para alargar la pierna más corta (dismetría). Archivo: Dra. Barba

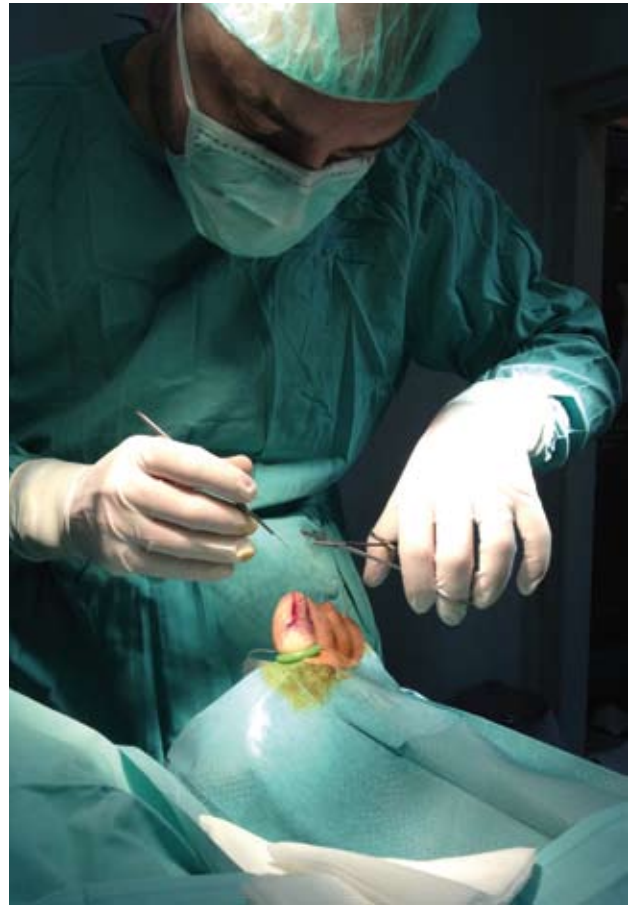
comunes debido a los gimnasios y piscinas". El láser también ayuda a erradicarlas sin necesidad de cirugía, con un post-operatorio mucho más ligero".

Según Barnés, "ahora también abordamos las cicatrices queloideas o hipertróficas, infiltrando corticoides o reinterviniendo para crear nuevas líneas de tensión que minimicen sus efectos estéticos y funcionales. Dependiendo de su localización, las cicatrices pueden generar problemas funcionales, junto a que, desde el punto de vista de la medicina biorreguladora, pueden interferir en el buen funcionamiento de otros órganos".

En cuanto a la cirugía, "nos encontramos interesantes novedades en cirugía mínimamente invasiva. En casos leves o moderados, con cirugía percutánea podemos resolver por ejemplo dedos en martillo, minimizando las cicatrices y el post-operatorio".

Una disciplina en auge

El Dr. Javier Torralba explica que esta disciplina es "sin duda un área en crecimiento. Desde hace unos años estamos viendo una tendencia al alza de intervenciones relativas a cirugía estética del pie". El doctor aclara que "el principal avance está en el propio usuario. Hace unos años, era el profesional el que ofertaba este tipo de cirugía, mien-



Reconstrucción estética ungueal del primer dedo. Archivo Dr. Javier Torralba

tras que ahora la tendencia se ha invertido y hay un elevado número de pacientes que vienen directamente solicitando este tipo de cirugías. Esto implica que el paciente ve en nosotros no solo un clínico que trata el pie enfermo, sino que el pie sano también tiene su parcela de cuidados y belleza".

En cuanto al paciente tipo, el doctor explica que "como en casi todas las cirugías estéticas, es una mujer de mediana edad y poder adquisitivo medio-alto, aunque hay que destacar que cada vez más este perfil está ampliando sus límites y ya no es raro ver un hombre en la clínica o una mujer muy joven o mayor". En esta afirmación coinciden el resto de especialistas consultados. La Dra. Barba aclara que "los hombres son los que más solicitan las intervenciones de aumento de estatura, mientras que las mujeres son las que más piden todo lo relativo a dolores de pies: callos, disimetrías, metatarsalgia, espolón calcáneo, etc."