

TENER UNA PIERNA MÁS LARGA QUE LA OTRA

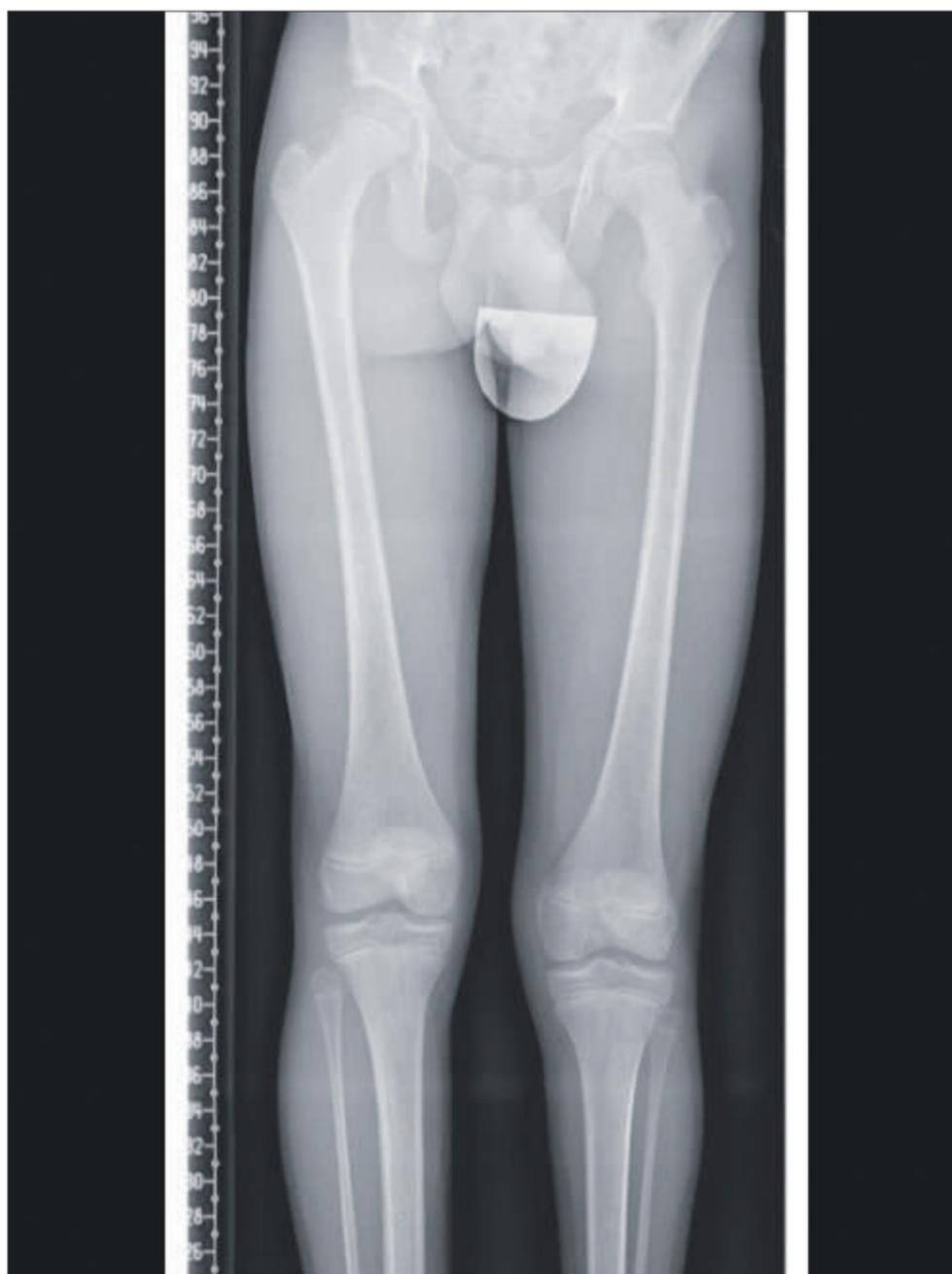
# ¿QUÉ ES UNA DISMETRÍA DE EXTREMIDADES INFERIORES?

**JOSÉ A. GANDÍA, PODÓLOGO**

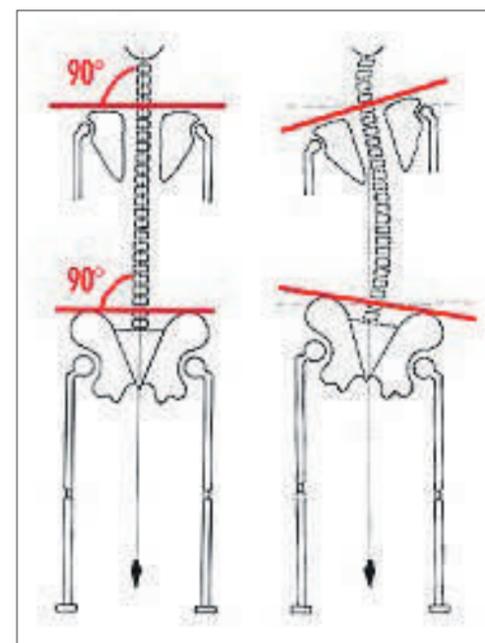
**S**abe usted si está descompensado? ¿Le duele el cuello constantemente y no le solucionan el problema? ¿Se lesiona continuamente y casualidades de la vida, siempre en la misma pierna? ¿Dolor de espalda? ¿Lumbalgia? ¿Un hombro más caído que el otro? ¿Escoliosis? ¿Ciática?, etc.

Probablemente usted tenga una dismetría de miembros inferiores, o lo que es lo mismo, una pierna más corta que la otra. Y seguramente, no lo notará, porque la diferencia es tan mínima (8mm, 9mm, 12mm...) que apenas se aprecia y el cuerpo lo resuelve por sí mismo adaptándose al desequilibrio. Puede representar un problema funcional o biomecánico cuando rebasa ciertos límites.

Ante una dismetría el cuerpo/esqueleto trata de compensar siempre, ya que busca que el centro de gravedad esté lo más equilibrado y neutro posible. ¿Cómo? De varias maneras: basculando la pelvis, flexionando la rodilla de la extremidad larga, equinizando el pie, provocando la pronación del arco plantar o la prensión de dicho pie. Pero si la diferencia entre las extremidades es bastante notable, esas compensaciones serán insuficientes y el cuerpo seguirá estando desequilibrado tanto en estática como en dinámica.



LAS DISMETRÍAS PUEDEN PROVOCAR DOLOROS Y MALFORMACIONES EN LA COLUMNA VERTEBRAL, CONTRACTURAS MUSCULARES, LESIONES EN LOS DISCOS INVERTEBRALES, HERNIAS DISCALES, DEGENERACIÓN Y ARTROSIS PRECOZ Y LESIONES POR SOBRECARGA.



**DOLORES Y MALFORMACIONES**

Las dismetrías pueden provocar dolores y malformaciones en la columna vertebral (escoliosis), contracturas musculares importantes, lesiones en los discos intervertebrales, hernias discales, degeneración y artrosis precoz, lesiones por sobrecarga en pies, tobillos, rodillas

y cadera.

Muchas de las patologías nombradas anteriormente se podrían solucionar con un estudio biomecánico a tiempo. Existen métodos terapéuticos para compensar una dismetría en función de la magnitud, pronóstico, etiológica, talla y

edad.

- Alza y plantillas, con el objetivo de compensar el acortamiento en el interior del calzado.

- Añadido en calzado. Se añade una parte fija a la suela.

- Solución quirúrgica. En dismetrías muy grandes. De 4-10

cms o más.

Los podólogos vemos más allá de los pies. La posturología es una rama olvidada por algunos profesionales y pacientes, siendo clave en el crecimiento, desarrollo y funcionamiento del cuerpo (músculo, huesos y articulaciones). Una posición del

cuerpo correcta, neutra y equilibrada, a veces, no depende de uno mismo, ya que la dismetría puede ser congénita. Cada pierna debe soportar el 50% del peso del cuerpo, la distribución de cargas es vital. Si no es así, las patologías están garantizadas.

**CENTRO PARA EL ESTUDIO Y TRATAMIENTO DEL PIE**

- Podología deportiva
- Podología infantil
- Quiropodia
- Estudios biomecánicos
- Cirugía menor del pie
- Otras alteraciones



**CLINICA  
PODOLOGICA  
I ESPORTIVA**

José Antonio Gandía

Dos de Mayo, 77-1º tlf. 96 238 18 52 Ontinyent