

El niño que anda de puntillas, ¿costumbre o problema?

Mi hijo anda de puntillas, ¿es normal?

La mayoría de los niños [comienza a caminar a los 12 a 15 meses](#) de edad, con apoyo del talón a los 18 meses. En las primeras etapas de la marcha los niños suelen poner los pies en diferentes posiciones para caminar.

Se denomina “*deambulación en puntillas*” a la del niño que camina sobre las puntas de los pies, sin contacto entre los talones y el suelo. Esta actitud es frecuente, sobre todo en los primeros meses del aprendizaje de la marcha o en los seis meses después del inicio de la marcha. En el 7 al 24% de la población infantil se presenta la marcha de puntillas sin asociación con problemas neurológicos, sobre todo en varones (68%).

Con el crecimiento, al final la mayoría adopta un [patrón de marcha](#) normal.

¿Qué lo causa?

Se puede deber a muchas causas.

La más frecuente es la “*marcha de puntillas idiopática o idiopática walking toe*”, que describe a los niños que andan sobre las puntas de los pies sin causa o patología conocida, aunque se ha demostrado una flexibilidad reducida en la articulación del tobillo. Parece que tiene un componente hereditario con antecedentes en algún familiar de hasta un 32-34%. Se trata de niños por lo demás sanos y con un desarrollo normal. Siempre se produce de modo simétrico en los dos pies. Se exagera cuando caminan descalzos de una habitación a otra o sobre ciertas superficies (baldosas de frío, hierba ...).

Pero también se puede deber a otras causas más graves, como la lesión de ligamentos (acortamiento del tendón de Aquiles), problemas musculares (enfermedades congénitas como la enfermedad de *Duchenne*), patologías de la columna (siringomielia, etc.) o causas neurológicas (parálisis cerebral por lesión al nacimiento, [autismo](#), [lesión medular espinal](#), etc.).

¿Me puedo quedar tranquilo o debo de acudir a mi pediatra?

Para el diagnóstico se descartarán los problemas más graves ya comentados. Lo más valioso es la valoración por su pediatra y la historia clínica (prematuridad, evolución y desarrollo del niño hasta el momento, retraso del lenguaje, etc.) y el examen físico (siendo muy útil la exploración de los reflejos de los tendones, el tono muscular y la movilidad articular).

Se hará un estudio más detenido si supera los 2-3 años de edad, anda de puntillas de un solo pie o lo hace

tardíamente.

¿Cuál es su evolución?

El pronóstico se puede precisar mejor si se conoce su origen.

Si la causa es desconocida, la marcha será normal en la mayoría de niños a la edad de 3 años.

Si se supera esta edad se puede provocar un acortamiento del tendón de Aquiles y de los gemelos, siendo causa de marchas anómalas y pobre respuesta a tratamientos conservadores si no se detectan e inician de modo precoz.

¿Y tiene tratamiento?

El tratamiento de niños con marcha en puntillas por una patología bien establecida (parálisis cerebral, miopatías, neuropatías) suele estar muy definido: fisioterapia, ejercicios en el hogar, ortopedia, toxina botulínica (*Botox*) y a veces cirugía.

Más controvertido es dicho tratamiento en estos niños sin un diagnóstico específico.

- Los niños menores de 2-3 años que andan de puntillas de manera ocasional, sin acortamiento del tendón, se pueden controlar de forma periódica.

- Los niños mayores de esta edad y con este tipo de marcha, además de requerir una evaluación específica, pueden beneficiarse de una intervención precoz por un fisioterapeuta pediátrico. Puede incluir: ejercicios de estiramiento con flexión del dorso del pie, estimulación eléctrica neuromuscular, integración sensorial, entrenamiento de la marcha en pasarela rodante, cambios en los zapatos y una pauta de ejercicios en casa. Otras veces se puede requerir más intervención, con uso de ortesis durante la noche, que consiste en un aparato de plástico ligero que mantiene el pie en un ángulo de 90 grados, mejorando la alineación del pie en la marcha.

La cirugía se reservará, sobre todo a partir de los 4-5 años, para los acortamientos del tendón o en los que no ha sido efectivo el tratamiento conservador (ejercicios rehabilitadores u ortesis correctoras).

Hay estudios que correlacionan el [retraso del lenguaje](#) con la marcha de puntillas. En dicho caso debe ser evaluado también por un logopeda.

Fecha de publicación: 13-07-2015

Última fecha de actualización: 17-01-2023

Autor/es:

- [José Alberto Macías Pingarrón](#). Pediatra. Centro de Salud de Aceuchal. Aceuchal (Badajoz)



