

Calzado deportivo moderno para manejar el dolor mediante soporte ortopédico en pacientes con artritis reumatoide

Modern athletic footwear in pain management and orthopedic support in patients with rheumatoid arthritis

Roberto Tedeschi^{1*} <https://orcid.org/0000-0001-9037-4767>

¹Universidad de Bolonia, Departamento de Ciencias Biomédicas y Neuromotoras, Alma Mater Studiorum. Bolonia, Italia.

*Autor para la correspondencia: roberto.tedeschi2@unibo.it

Recibido: 30/11/2024

Aceptado: 29/12/2024

Estimado editor:

La artritis reumatoide es una enfermedad autoinmune crónica, caracterizada por la inflamación persistente de las articulaciones sinoviales. Produce dolor crónico, deformidades articulares progresivas y una marcada disminución de la funcionalidad.^(1,2) La gravedad de esta afección de los pies impacta en la movilidad y las actividades diarias. El papel del calzado especializado en el alivio del dolor y el soporte ortopédico para las deformidades plantares se ha percibido con un enfoque limitado, que subestima su potencial terapéutico dentro de la gestión integral de la artritis reumatoide.⁽³⁾

El calzado deportivo moderno, diseñado para optimizar la distribución de las cargas plantares y mejorar la alineación biomecánica, representa una

intervención crucial para los pacientes con artritis reumatoide. Los materiales textiles flexibles, ampliamente utilizados en este tipo de calzado, ofrecen adaptabilidad a los pies hinchados o con deformidades estructurales, minimizan los puntos de presión localizada y garantizan mayor confort durante la marcha. Esta flexibilidad permite ajustarse a diferentes morfologías plantares, y contribuye a redistribuir mejor las fuerzas y reducir el riesgo de deterioro adicional en las articulaciones comprometidas.⁽⁴⁾

Desde una perspectiva ortopédica, el diseño biomecánico de las suelas resulta fundamental para mitigar las tensiones articulares y facilitar la marcha. Características como el *drop* (diferencia de altura entre el talón y el antepié) y el diseño en balancín (*rocker-bottom*) desempeñan un papel esencial en la reducción del esfuerzo mecánico. El *drop* favorece una transferencia de peso progresiva y natural durante el ciclo de la marcha, al aliviar la tensión en el tendón de Aquiles; mientras que las suelas en balancín redistribuyen de manera uniforme la presión en el antepié. Esta configuración mejora la estabilidad durante el desplazamiento y reduce significativamente el dolor en articulaciones como el mediopié y el tobillo.⁽⁵⁾

La evidencia emergente sugiere que el calzado deportivo moderno supera al calzado ortopédico tradicional en varios aspectos clave. Las suelas amortiguadas y los materiales biomecánicamente optimizados permiten una redistribución más uniforme de las cargas plantares, proporcionan soporte estructural a las áreas afectadas y favorecen un mejor alineamiento postural. Además, ayudan a mitigar las tensiones compensatorias en otras articulaciones como las rodillas y la cadera, lo cual previene complicaciones secundarias a largo plazo.^(4,6)

Un enfoque efectivo en la gestión de la artritis reumatoide debe incluir una adecuada educación del paciente sobre los beneficios del uso de calzado especializado. Los reumatólogos y los especialistas en ortopedia deberían priorizar la recomendación del calzado deportivo moderno, a partir de su impacto positivo en la función biomecánica y la prevención de complicaciones estructurales. Asimismo, se sugiere realizar evaluaciones podológicas regulares para detectar cambios estructurales precoces en los pies o signos de sobrecarga articular. La selección colaborativa del calzado óptimo entre pacientes y profesionales sanitarios puede mejorar de forma significativa la calidad de vida, la funcionalidad y la autonomía de los pacientes con artritis reumatoide.

Se puede concluir que las deformidades provocadas por la artritis reumatoide causa impactan en la movilidad y la calidad de vida; pero el calzado deportivo moderno, con materiales flexibles y diseños avanzados, reduce las sobrecargas articulares y optimiza el soporte biomecánico. Las suelas en balancín y el *drop* constituyen elementos clave para mejorar la mecánica de la marcha, y reducir las tensiones en el tendón de Aquiles y el antepié. La educación sobre el uso adecuado del calzado, junto con evaluaciones podológicas regulares, resulta esencial para prevenir complicaciones y preservar la funcionalidad a largo plazo.

Referencias bibliográficas

1. Tedeschi R. Unraveling the impact of “shoe drop”: Biomechanical and clinical perspectives in running. *J Traumatol Sport*. 2024 [acceso 18/06/2024];41(2):1-7. Disponible en: <https://cris.unibo.it/handle/11585/957903>
2. Tedeschi R. L’impact biomécanique des chaussures de course Nike sur le risque de blessures: une revue de littérature. *J Traumatol Sport*. 2024;41(2):104-9. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jts.2023.11.002>
3. Bugatti S, Stefano LD, Gandolfo S, Ciccia F, Montecucco C. Autoantibody-negative rheumatoid arthritis: still a challenge for the rheumatologist. *Lancet Rheumatol*. 2023;5(12):e743-55. DOI: [https://doi.org/10.1016/s2665-9913\(23\)00242-4](https://doi.org/10.1016/s2665-9913(23)00242-4)
4. Tedeschi R. Orthotic insoles versus footwear design: reassessing approaches in the management of foot pain. *Minerva Orthop*. 2024 [acceso 18/06/2024];75(3):260-1. Disponible en: <https://cris.unibo.it/handle/11585/971237>
5. Hawke F, Burns J, Radford JA, du Toit V. Custom-made foot orthoses for the treatment of foot pain. *Cochrane Database Syst Rev*. 2008;16(3):CD006801. DOI: <https://doi.org/10.1002/14651858.cd006801.pub2>
6. Tedeschi R. Integrating five-toed socks and preventative strategies in the effective management of interdigital tinea pedis. *Piel*. 2024 [acceso 18/06/2024];39(5). Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9495361>

Conflicto de intereses

El autor declara que no existe conflicto de intereses.