

## **La importancia de caminar correctamente según [www.podologologroño.com](http://www.podologologroño.com)**

### **Una buena clínica podológica conoce la importancia de caminar correctamente y como una malformación o lesión puede llegar a afectar a la vida de las personas**

La podología no solo trata las patologías una vez instauradas sino que ayuda a la prevención de las enfermedades de pie y tobillo.

A través de diferentes tratamientos en los pies, un buen podólogo es capaz de prevenir muchas afecciones en el resto del organismo:

- Evitar el contagio de verrugas plantares, pies de atleta, infecciones en el pie diabético.
- Se realizan estudios biométricos que detectan patologías que tratadas de manera temprana previenen alteraciones secundarias como el pie plano.
- Diagnósticos tempranos como los melanomas.
- Cirugías preventivas que realizadas en el momento adecuado evitan consecuencias peores como úlceras en el juanete, difíciles de curar a la vez que dolorosas.

Es importante que cada paciente reciba un tratamiento personalizado según el caso. Para ello habrá de realizarse un análisis previo y diferentes pruebas de diagnóstico como el estudio de la pisada. Este estudio informa de los puntos de apoyo más habituales de cada individuo, que están ligados a la actividad física y diaria del paciente como el correr, caminar, saltar.

Una mala pisada puede provocar un gran dolor incluso en la realización de las actividades más sencillas, es por ello que este estudio sea de suma importancia para determinar el mejor tratamiento que pueda ayudar al paciente a mantener una vida normal.

Gracias al escáner plantar puede detectarse la presión habitual de la pisada al caminar, o al correr o al realizar cualquier tipo de ejercicio físico.

El estudio plantar ayuda a obtener la información necesaria para diseñar el mejor tratamiento. Gracias a él se conocerá como se realiza su pisada y de esta forma se le podrá diseñar una plantilla a su medida mediante la impresión 3D.

Las plantillas son un tratamiento muy habitual en muchas de las patologías. Con las nuevas tecnologías como la impresión 3D, se logra conseguir una plantilla personalizada que todo paciente puede añadir a su calzado, obteniendo una mayor comodidad en la pisada, corrección en la pisada,

protección de las zonas más sensibles, etc.

Muchos deportistas acuden a un centro de podología deportiva, en el que cuenta con podólogos especializados en el funcionamiento del pie en el deporte. Cada práctica deportiva supone unos riesgos que todo deportista, ya sea de élite o aficionado debe de asumir.

En aquellos deportes de alta intensidad, el deportista realiza ejercicios que afectan al apoyo de su pisada, lo que puede llevar a lesiones en la zona plantar o incluso en la zona de la pierna afectando a la cadera.

La mejor de las soluciones es el uso de plantillas transpirables, adaptadas a cada persona y deporte que realiza.

Las anomalías podológicas de la infancia deben de tratarse lo antes posible, poner solución evitando que se alarguen en la edad adulta. Al tratarse de un pie en pleno crecimiento y formación el tratamiento resulta un poco más sencillo. Con la ayuda de unas plantillas adecuadas y una serie de ejercicios o zapatos especiales puede evitarse que estos problemas aparezcan en la vida del adulto.

Es posible que algunos de los problemas sean congénitos, es decir que se haya nacido con ellos o que aparezcan durante la etapa del crecimiento. No obstante la visita al podólogo es esencial, ya que tras un previo estudio se encargará de llevar a cabo el tratamiento más conveniente al problema de cada niño.

**Datos de contacto:**

Socialonce marketing&internet  
876032807

Nota de prensa publicada en: [Logroño](#)

Categorías: [Medicina](#) [Sociedad](#) [Otros deportes](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>