

La importancia de tener una buena salud podológica

Noticias 24hs | 24-07-2023 | 16:28



Podologia

Los especialistas aconsejan cuidar los pies especialmente en verano para evitar problemas como desequilibrios musculares que afectan a la postura corporal.

Durante el verano es habitual dar paseos más largos y realizar actividades que en otros momentos no haríamos. Con este cambio de rutina es normal que los pies se vean afectados por el ritmo.

Realizarse un estudio de la pisada es importante, pero lo es más aún durante los meses con mejor tiempo y mayor actividad. Los pies pueden sufrir más y los especialistas lo saben.

La Doctora Flores, podóloga con más de 12 años de experiencia en España y Reino Unido y al frente de la clínica Podología Candela Flores, explica las razones para realizar un estudio de la pisada a todas aquellas personas que tengan problemas en sus pies:

¿Qué se consigue acudiendo a una clínica especializada como la nuestra?

Prevenir lesiones: conocer cómo funciona el pie del paciente permite detectar problemas biomecánicos como la hiperpronación, supinación excesiva o desequilibrios musculares. Conociendo todo esto, los profesionales como la Doctora Flores pueden recomendar un calzado particular que se ajuste mejor a las condiciones de cada pie o diseñar plantillas personalizadas que corrijan el problema y ayuden a prevenir lesiones.

Comodidad y confort: los problemas con las uñas, los callos o los papilomas de repetición causan una incomodidad constante en la pisada. Acudir a especialistas no solo ayudará a tu bienestar podológico, sino que todas estas molestias pueden curarse y prevenirse a futuro.

Prevenir problemas desde la infancia: es habitual encontrar a niños y niñas con pies planos o que caminan con los pies ¿hacia dentro?. Si estos problemas se diagnostican a tiempo no sólo se corrige la pisada sino que corregirá la postura corporal, evitando lesiones de cadera o desviación de la columna, mejorando así la calidad de vida de los más pequeños.

Gracias a la tecnología de última generación, los profesionales como la Doctora Flores pueden realizar un diagnóstico más exacto para ofrecer las mejores soluciones a los diferentes problemas podológicos que presentan los pacientes, haciendo que los tratamientos sean mucho más personalizados.

¿Los pies son clave para la salud. Una mala postura puede afectar a todas las estructuras superiores, hasta la columna cervical. Conocer cuáles son los problemas de pisada ayuda a compensarlos y a evitar dolores o lesiones. Además, poder caminar sin dolor durante horas, permite disfrutar aún más de las vacaciones?, explican desde la clínica de Podología Candela Flores.