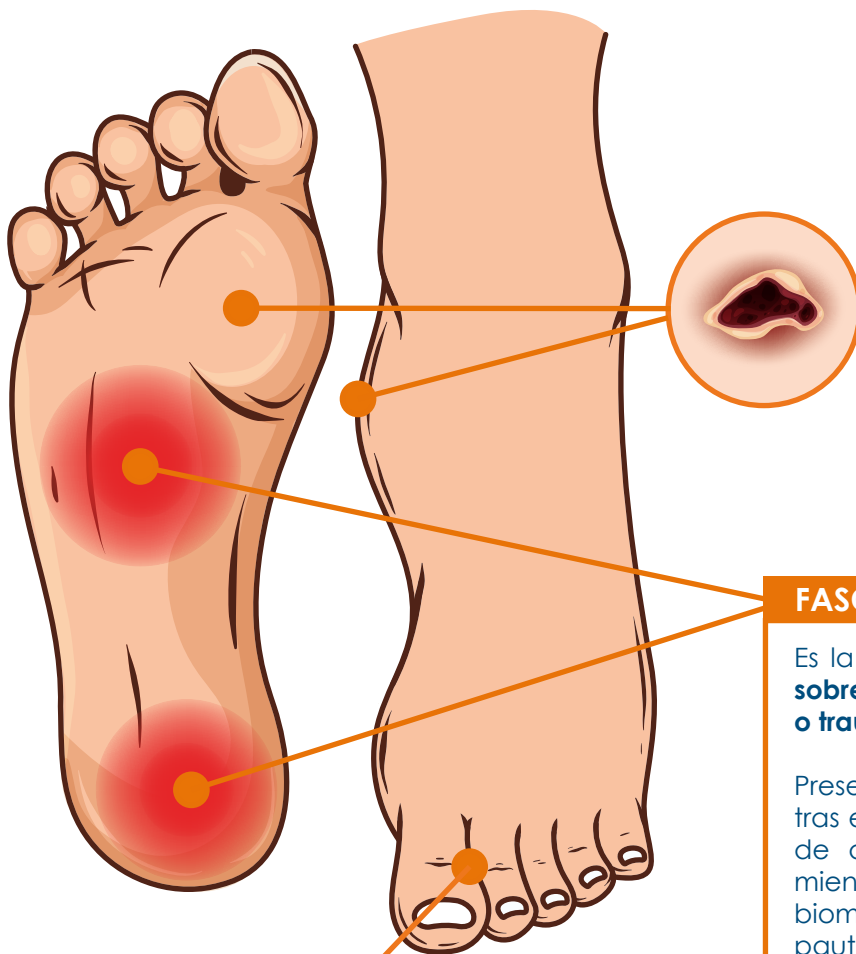


> Podología y trastornos podológicos más frecuentes

La **podología** es la ciencia que tiene por objeto el **diagnóstico y tratamiento de las afecciones y deformidades de los pies** mediante las técnicas terapéuticas propias de su disciplina (dentro de la cirugía menor ambulatoria), así como la promoción de **buenos hábitos y prevención de alteraciones para preservar su salud**.

Existen ciertos **trastornos** que se manifiestan **más habitualmente entre la población**, ya sea por prácticas poco adecuadas, hábitos de vida no saludables, mala elección del calzado, etc. A continuación enumeramos algunos de ellos.



PIE DIABÉTICO

Las personas que sufren diabetes, además de controlar y cuidar sus niveles de glucosa, hábitos y alimentación, deben prestar especialmente atención a sus pies ya que la **pérdida de sensibilidad, escaso riego sanguíneo distal y riesgo elevado de ulceración** pueden provocar incluso la amputación.

FASCITIS

Es la **inflamación de la fascia por sobrecarga, estiramiento excesivo o traumatismo**.

Presenta un dolor característico tras el reposo que mejora después de andar unos pasos. Su tratamiento se basa en el estudio biomecánico de la pisada y unas pautas específicas.

DEFORMACIONES DE LOS DEDOS

Engloba las **deformaciones de las articulaciones de los dedos**, siendo las más comunes en "garra", "martillo", "juanetes" y "supraducto/infraducto". Disponen de tratamientos para impedir que duelan y evolucionen negativamente y otros para corregir completamente la deformidad.

Para más información:



CALLOS

Se originan por un **exceso de fricción y/o presión** en una zona del pie. Aparecen de forma **dispersa** como **durezas** y/o **concentrado** como **callo**. Son dolorosos y pueden llegar a ser incapacitantes a la hora de caminar. Tienen tratamiento y con él, pueden llegar a desaparecer.

VERRUGAS PLANTARES

Son lesiones que aparecen de forma **única o múltiple** y están ocasionadas por **contacto con virus a través de heridas o grietas**. Son contagiosas y hay que seguir unas pautas higiénicas concretas. Tienen tratamiento y normalmente tienden a remitir.

MICOSIS

Es la **presencia de hongos y/o bacterias** en la piel (**pie de atleta**) o las uñas (**onicomicosis**), siendo muy molesto ya que generan picor y olor. Tiene tratamiento que es altamente efectivo junto con unos correctos hábitos higiénicos diarios.

ONICOCRIPTOSIS

La **onicocriptosis** o uña encarnada, es cuando **la uña del dedo se clava en el lateral de la piel** provocando dolor e incluso infección. Tiene una gran variedad de tratamientos.



! ¡RECUERDA!

Mantener una adecuada salud de tu pie va a contribuir a mantener la salud general de tu cuerpo. No olvides **visitar frecuentemente a tu podólogo** para realizar las revisiones pertinentes.

Para más información:

