



## ¿Sabías que...

... nuestros pies recorren una distancia equivalente a ocho vueltas al mundo a lo largo de nuestra vida?

... un adecuado **cuidado de los pies** puede **prevenir afecciones** en rodillas, caderas, espalda y puede ayudar a **mejorar nuestra calidad de vida?**

A pesar de esto a menudo  
**los pies son los grandes olvidados**

## Y recuerda que...

... el **podólogo** es el **profesional sanitario** que tiene la **formación universitaria** y la **competencia** legal para **diagnosticar y tratar los problemas de los pies** mediante tratamientos conservadores (quiropodia, plantillas a medida, ortesis de silicona), quirúrgicos (uña encarnada, juanetes, dedos de martillo) o con la prescripción de medicación.

Los podólogos colegiados en el Colexio Oficial de Podólogos de Galicia disponen de esta tarjeta de identificación:



Encuentra tu podólogo más cercano en:  
[www.copoga.com](http://www.copoga.com)

Buscador

Clínica



### Colexio de Podólogos de Galicia

Avda. Quiroga Palacios, 65  
15703 Santiago de Compostela (A Coruña)  
Tel\_ 981 55 41 10 Fax\_ 981 55 47 20  
Mail\_ info@copoga.com  
[www.copoga.com](http://www.copoga.com)

 [www.facebook.com/colexio.podologos](https://www.facebook.com/colexio.podologos)  
 <https://twitter.com/ColexioPodologo>

# pies sanos

en las manos de tu podólog@



# Problemas más comunes en los pies



Helomas



Hongos



Verrugas plantares (Papilomas)



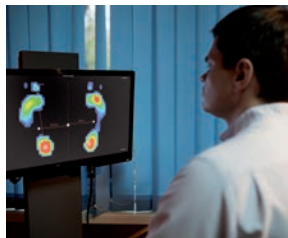
Alteraciones de las uñas

El tratamiento de todas y cada una de estas afecciones se engloba en lo que llamamos **Quiropodología** que es el campo más amplio conocido de la podología, y que se realiza siempre bajo las más estrictas medidas de esterilización y asepsia.

## Especialidades podológicas

### Biomecánica

La función de los pies cuando el cuerpo se mueve es dar equilibrio en la marcha y mantener al individuo de pie en cada paso. El podólogo se encarga de hacer estudios personalizados de la marcha para detectar alteraciones en el movimiento y evitar así mecanismos lesionales tanto en el pie como en la cadena ascendente (rodilla, cadera, columna...)



### Pie diabético

La diabetes tiene una gran repercusión en los pies. La afectación de nervios y arterias puede aumentar la frecuencia de erosiones, cortes y quemaduras que mal tratadas pueden acabar en úlceras o amputaciones. Por lo que deben de ser tratados con especial cuidado.



### Podología pediátrica

El cuidado de los pies de los niños tiene una gran importancia para asegurar un crecimiento correcto y evitar problemas posteriores cuando la corrección ya es difícil (pie plano, pie cavo, dedos montados...)



### Podología geriátrica

Los pies de los mayores requieren una cuidadosa atención para mantener la movilidad (pie gotoso, artrósico, pie diabético...)



### Cirugía podológica

Aporta soluciones definitivas a distintas afecciones y deformidades del pie tales como hallux valgus (juanetes), dedos en garra, uñas encarnadas, etc., mediante procedimientos específicamente diseñados para mantener la funcionalidad del pie.



### Ortopodología y ortesiología

Cada individuo tiene una huella específica y una relación particular con el terreno que pisa. Cuando esta relación no está equilibrada es necesario un soporte plantar hecho a medida para que se adapte a las características de cada individuo.

Existen además otros elementos paliativos, compensadores y/o correctores, como son las férulas y ortesis de silicona, que también realizan los podólogos.



### Podología deportiva

El pie es el elemento anatómico que más estrés va a sufrir en la mayor parte de las actividades deportivas. El podólogo es el especialista que a través de estudios biomecánicos de la marcha, vendajes funcionales o tratamientos físicos se encargará de mejorar el rendimiento deportivo, prevenir y/o tratar lesiones derivadas del deporte.

