



A las puertas de los Juegos Olímpicos, los podólogos recuerdan la relevancia decisiva de su trabajo en la práctica deportiva

El Consejo General de Podología de España incide en la trascendental capacitación del profesional de la podología para atender las necesidades, también, del deportista amateur

Cualquier aficionado al deporte espera con ansia una fecha como la de este próximo viernes. Es el día elegido para dar comienzo a los Juegos de la XXXIII Olimpiada; dos semanas en las que los mejores deportistas del mundo se reunirán en París para dar lo mejor de sí y superar sus límites para así poder optar a las medallas más deseadas.

La mayoría de esos deportistas están rodeados de un equipo de trabajo en el que, en muchos casos, destaca la figura de un podólogo, cada vez más valorada en determinadas prácticas deportivas. Esa relevancia va, lógicamente, en aumento y acabará siendo trascendental para todas las disciplinas, aunque solo sea por algo tan obvio como la importancia de una buena salud de los pies en prácticamente todas ellas.

Pero eso sucede, claro, con los deportistas del más alto nivel. Aprovechando la celebración de los Juegos Olímpicos de París, el Consejo General de Podología de España quiere incidir sobre la capacitación del profesional de la podología para atender también las necesidades del deportista amateur.

Cualquiera que practique, por poner solo un ejemplo, atletismo y sea habitual de las carreras populares, es plenamente consciente de la importancia de los pies para hacerlo y de lo que sufre directamente esa parte del cuerpo. Desde el Consejo lo que se quiere es concienciar a esos deportistas amateur de que los podólogos están perfectamente capacitados para diagnosticar y solucionar sus posibles dolencias y que su participación en dicho proceso está directamente relacionada con, en su caso, la mejora de las marcas, y, por supuesto, en el mantenimiento sano de esa práctica deportiva.





En opinión del prestigioso podólogo deportivo Ángel González de la Rubia, “a partir de los 30-35 años es vital para cualquier deportista amateur, por ejemplo, los corredores de pruebas populares, realizar un estudio biomecánico de la pisada. El 80 por ciento de las lesiones con las que me encuentro en consulta tienen que ver con una mala pisada y con una mala elección del calzado deportivo y, solo haciendo ese estudio previo se pueden evitar gran cantidad de estas dolencias”.

De la Rubia, auténtica eminencia en la podología deportiva española, cita la temida “fascitis plantar” como la más frecuente de las lesiones que se originan por esa mala pisada. “Siempre me gusta decir que la fascia es el músculo de la humanización. Somos humanos porque tenemos fascia, pero claro, soporta todo el cuerpo y se dilata, se contrae, se deforma... y todo ello se puede evitar con una buena pisada”. Entre otras lesiones, el doctor cita la periostitis tibial, la trocanteritis o la fatídica condromalacia rotuliana, “que esa ya te obliga a dejar de correr”.

El podólogo deportivo, que lleva 30 años como coordinador del maratón de Madrid, recuerda, además, la obligatoriedad de realizar una prueba de esfuerzo antes de realizar este tipo de carreras y también incide en “el ansia del corredor por alcanzar sus objetivos sin el debido periodo de adaptación” como otra de las principales causas de lesiones en los pies. “Conociendo cómo son sus pies y siguiendo las recomendaciones del podólogo, el deportista amateur podrá disfrutar mucho más tiempo de su práctica deportiva”, concluye González de la Rubia.

Desde el Consejo, a las puertas de la inauguración de los Juegos Olímpicos de París y con cientos de miles de deportistas amateur en todo el país, se recuerda que cuidar adecuadamente nuestros pies es esencial para cualquier persona que practique deporte, ya sea a nivel amateur o profesional. Una atención especial a esta parte del cuerpo no solo mejorará el rendimiento deportivo, sino que también contribuirá a prevenir lesiones y a garantizar una práctica deportiva segura y satisfactoria.

Con este recordatorio, el Consejo pretende también “dar visibilidad a la labor de los profesionales del pie en el ámbito deportivo, dado que los conocimientos y formación del podólogo le confieren un criterio especializado, imprescindible para la prevención, detección, diagnóstico y tratamiento integral de cualquier alteración que ponga en peligro a corto, medio o largo plazo, la salud podal de los deportistas”.

Comunicación CGCOP
Andrés Vidal (Freebox)
Tlf. 647 125 906
avidal@freebox.es