

PROBLEMAS COMUNES EN LOS PIES Y CÓMO TRATARLOS

PIE DE ATLETA

DESCRIPCIÓN DEL PIE DE ATLETA, INFECCIÓN MICÓTICA.

CAUSAS: EXPOSICIÓN EN ÁREAS HÚMEDAS.

SÍNTOMAS: PICAZÓN, AGRIETAMIENTO, AMPOLLAS.

TRATAMIENTO: MANTENER PIES LIMPIOS, TRATAMIENTOS ANTIMICÓTICOS.

JUANETES

DESCRIPCIÓN DE JUANETES, BULTO EN LA ARTICULACIÓN DEL DEDO GORDO.

CAUSAS: ZAPATOS AJUSTADOS, FACTORES GENÉTICOS.

SÍNTOMAS: BULTO VISIBLE, SENSIBILIDAD, DOLOR.

TRATAMIENTO: CALZADO ADECUADO, ALMOHADILLAS, CIRUGÍA SI ES NECESARIO.



NEUROPA-TÍA DIABÉTICA

RELACIÓN ENTRE DIABETES Y DAÑO A LOS PIES.

CAUSAS: NIVELES ALTOS DE AZÚCAR EN LA SANGRE.

SÍNTOMAS: ENTUMECIMIENTO, HORMIGUEO, DOLOR.

TRATAMIENTO: CONTROLAR AZÚCAR, EXÁMENES PERIÓDICOS, CUIDADO ESPECIAL.

UÑAS ENCARNADAS

DESCRIPCIÓN DE UÑAS ENCARNADAS, DOLOR E INFECCIÓN.

CAUSAS: CALZADO INAPROPIADO, TRAUMA, FACTORES GENÉTICOS.

SÍNTOMAS: ENROJECIMIENTO, HINCHAZÓN, DOLOR.

TRATAMIENTO: CUIDADO EN CASA, CONSULTA A UN PODÓLOGO SI ES NECESARIO.



FASCITIS PLANTAR

DESCRIPCIÓN DE LA FASCITIS PLANTAR, INFLAMACIÓN DE LA FASCIA.

CAUSAS: FACTORES DE RIESGO COMO OBESIDAD, ACTIVIDAD REPETITIVA.

SÍNTOMAS: DOLOR EN EL TALÓN, EMPEORA CON LA ACTIVIDAD.

TRATAMIENTO: REPOSO, HIELO, MEDICAMENTOS ANTIINFLAMATORIOS, APOYO EN LOS ZAPATOS.

AMPOLLAS

DESCRIPCIÓN DE AMPOLLAS, CAUSAS COMUNES.

SÍNTOMAS: BULTOS LLENOS DE LÍQUIDO.

TRATAMIENTO: NO REVENTAR, APLICAR VENDAS, CONSULTA MÉDICA REGULAR SI ES NECESARIO.



CALLOS

DESCRIPCIÓN DE CALLOS, PARCHES DE PIEL GRUESA.

CAUSAS: PRESIÓN REPETIDA, CALZADO INADECUADO.

TRATAMIENTO: ALIVIAR LA PRESIÓN, USO DE EMPLASTOS, EN CASOS EXTREMOS, EXTIRPACIÓN QUIRÚRGICA.

ESPOLÓN DEL TALÓN

DESCRIPCIÓN DE ESPOLÓN DEL TALÓN, CALCIFICACIÓN.

CAUSAS: TENSIÓN PROLONGADA, OBESIDAD, CALZADO INAPROPIADO.

TRATAMIENTO: COMPRESAS FRÍAS, MEDICAMENTOS, REPOSO, PLANTILLAS ORTOPÉDICAS.



DEDO DEL PIE EN GARRA

DESCRIPCIÓN DEL DEDO DEL PIE EN GARRA, CAUSAS.

TRATAMIENTOS: FÉRULAS, CALZADO ADECUADO, EJERCICIOS, MEDICAMENTOS, CIRUGÍA SI ES NECESARIO.

HEMATOMA POR CÁLCULOS

DESCRIPCIÓN DE HEMATOMAS POR CÁLCULOS, METATARSALGIA.

CAUSAS: EJERCICIO DE ALTO IMPACTO, CALZADO INAPROPIADO.

TRATAMIENTO: DESCANSO, APLICACIÓN DE HIELO, CALZADO ADECUADO, CONSULTA MÉDICA SI ES NECESARIO.

