

CUIDADO INTEGRAL DEL PIE. Las Clínicas Podológicas J.L. Martínez, abarcan diversos campos de la podología, desde la ortopodología, podopediatría y podogeriatría, hasta cirugía podológica y biomecánica

«Desde nuestra clínica divulgamos la importancia de cuidar los pies desde que se nace»

GIJÓN

A. G. Respalada por una trayectoria de cinco años y la buena acogida brindada por sus pacientes desde su apertura en la Avenida del Llano, Clínica Podológica J.L. Martínez cuenta desde hace un mes con nueva clínica en Gijón. Situado en la Avenida de la Argentina 2, el centro está dirigido por la podóloga Virginia Barca Benito, quién cuenta con 8 años de profesión y hoy nos habla sobre las afecciones más comunes y su solución.

-Hace apenas unas semanas de la apertura de la que es su segunda clínica en la ciudad, ¿qué tal el balance?

Los comienzos son difíciles, pero he de decir que en este mes que llevamos en funcionamiento hemos tenido una buena acogida y estamos sorprendidos a la par que contentos.

- Los pies nos llevan, traen y soportan literalmente nuestro peso, pero dígame, desde su experiencia, ¿les prestamos realmente la atención que se merecen?

No, son la parte del cuerpo que más olvidada se tiene, la gente no es consciente que nos acompañan desde los primeros pasos, soportan nuestro peso y esfuerzos diarios de nuestro día a día. Hay que concienciarse que forman parte de nuestro cuerpo y que los debemos de tratar de la misma forma que tratamos otras partes como la vista, la boca... y no tenerlos en el olvido hasta que no se note una dolencia. Hay que pensar en la gran importancia que tienen.

-Hasta hace pocos años, acudir al podólogo solía relacionarse con personas mayores, ¿han cambiado mucho las cosas?

Es verdad que un gran porcentaje de nuestros pacientes son personas ma-



Virginia Barca Benito, podóloga y directora de la clínica. Aida Sánchez

yores, pero desde hace unos años estamos viendo cómo la mentalidad de la gente va cambiando y acuden a nuestros centros mucha gente joven desde bebés, niños, adolescentes, hasta las ya citadas personas mayores. Desde nuestra clínica divulgamos la importancia de cuidar los pies desde que se nace.

-¿Cuál sería el prototipo de paciente más habitual que acude a vuestra consulta?

Tendemos a relacionar la podología con las personas mayores, y sí que es verdad que la media de edad de la mayoría de nuestros pacientes es elevada, pero cada vez estamos notando más un aumento de usuarios jóvenes debido a una cultura sanitaria del cuidado del pie que mejora día a día. Lo que va-

ría mucho son las patologías, ya que el paciente más mayor suele acudir para un control y cuidado primario del pie (quiropodias, callosidades, uñas...) mientras que el paciente infantil o joven acude por patologías más concretas en las que los podólogos tenemos que tener un conocimiento amplio no solo del pie, para poder dar tratamientos efectivos a una población cada vez más exigente con los profesionales.

-Practicar deporte en general, y correr en particular está cada día más en auge, ¿es conveniente acudir al podólogo antes de lanzarse a la carrera, o la gente suele acudir una vez producida la lesión...?

Por desgracia se acude a consulta cuando ya se notan molestias o se tienen lesiones, pero lo idóneo sería acudir a la consulta antes de comenzar a practicar cualquier deporte, para valorar mediante una serie de exploraciones y de un estudio informatizado de la marcha si el paciente está desarrollando una buena biomecánica.

- Gran parte de los problemas están causados por el calzado, y muchos de ellos pueden prevenirse... ¿alguna recomendación al respecto?

El calzado debe acomodarse a los pies para que queden sujetos, pero no apretados, debe ser de materiales naturales como la piel, estables, flexibles y que no resbalen. En el caso de las mujeres que el tacón no exceda de 3-4cm, que no sean zapatos estrechos ni de puntera y por último aconsejamos que los zapatos deben comprarse siempre a última hora de la tarde porque es cuando el pie está más dilatado y siempre probarse los dos pies y evitar no estrenar zapatos si se tiene previsto andar mucho porque es probable que causen heridas y rozaduras.



Fachada de la clínica en la Avenida La Argentina, nº 2. Aida Sánchez



CLÍNICAPODOLÓGICA
J.L. Martínez

Expertos en cirugía del pie

Tratamiento Integral del pie

Quiropodología

Podología preventiva

Diagnóstico y tratamiento de los pies de riesgo

Diagnóstico por imagen

Plantillas personalizadas

Estudio informatizado de la marcha

Av. del Llano, 11 - bajo - 33209 - Gijón
T. 984 042 538 - M. 690 016 768

Av. de La Argentina, 2 - bajo - 33212 - Gijón
T. 984 043 046 - M. 691 745 440

www.jlmartinezpodologia.com

