



NOTA DE PRENSA

La Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte respalda el Estudio de la pisada en los deportistas y sus riesgos

El informe ha sido encargado por el Consejo General de Colegios Oficiales de Podólogos a las sociedades científicas Sebior y Sepod. Este documento señala que los estudios de pisada no deben ser realizados por centros comerciales o marcas deportivas

El director de la Agencia ha ensalzado la figura del podólogo deportivo

La Consejería de Sanidad de Madrid ha ratificado que “va a incorporar la figura del podólogo como personal sanitario”

El 80% de los atletas pisa mal y el 33% lleva plantillas no personalizadas

La triatleta olímpica Zuriñe Rodríguez asegura que tras un estudio de la pisada realizado por un podólogo ha mejorado su rendimiento

El ironman Javier Herrero ha asegurado que desde que usa unas plantillas personalizadas no ha vuelto a tener ninguna lesión

Madrid, 11 de julio de 2017.- El director de la Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEPSAD), José Luis Terreros, ha suscrito hoy el *Estudio de la pisada en los deportistas y sus riesgos* encargado por el Consejo General de Colegios Oficiales de Podólogos (CGCOP) a la Sociedad Española de Biomecánica y Ortopodología (Sebior) y a la Sociedad Española de Podología Deportiva (Sepod). El documento señala que los estudios de pisada no deben ser realizados por centros comerciales o marcas deportivas.

El director de la Agencia, dependiente del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, ha rubricado el documento en un acto celebrado esta mañana en la sede del Colegio de Podólogos de Madrid, en el que también han intervenido el presidente del Consejo General de Colegios de Podólogos, José García Mostazo, la gerente asistencial de Atención Hospitalaria de la Consejería de Sanidad de Madrid, M^a Luz de los Mártires, el presidente de Sepod, Ángel González de la Rubia, el de Sebior, José Manuel Castillo y dos deportistas de élite, Zuriñe Rodríguez, triatleta olímpica y Javier Herrero, ironman.

El director de AEPSAD, médico especialista en deporte, ha señalado la importancia de una adecuada formación en los profesionales que ayudan al deportista y ha afirmado que “a la hora de iniciarse en un deporte, no se le da la adecuada importancia a realizarse las pruebas oportunas por parte de especialistas”. José Luis Terreros ha reivindicado que “todo aquel que rodee al deportista sea profesional formado”, ensalzando la figura del podólogo deportivo.

El presidente del Consejo General de Colegios de Podólogos se ha referido a las competencias legales del podólogo, la prevención, diagnóstico y tratamiento de las afecciones y deformidades de los pies y ha agradecido la labor desarrollada por la Comisión de Intrusismo del CGCOP encabezada por Francisco Javier Serrano en la lucha contra este problema. Según José García Mostazo “recomendar una plantilla concreta pre-moldeada o estándar, o un tipo de calzado corrector en base a un estudio de la pisada o a otro tipo de análisis, sin el informe del podólogo o del médico, puede constituir un ejercicio de diagnóstico y prescripción enmascarado; en cuyo caso, supone un acto de intrusismo, o al menos de inclusión en competencias profesionales propias y exclusivas del médico y del podólogo. También ha manifestado que “la Podología quiere incorporarse a la asistencia sanitaria pública y el pie del deportista es uno de los que requiere especial atención sanitaria debido a las lesiones”. El presidente del Consejo de Colegios de Podólogos ha incidido en que la Podología se basa en estudios científicos y ha mostrado su preocupación con algunas prácticas: **“Hay que dejar claro lo que es un estudio de la pisada ya que actualmente se está comerciando con este término”**.

La gerente asistencial de Atención Hospitalaria de la Consejería de Sanidad de Madrid ha señalado la importancia de ponerse en manos de un profesional para cualquier deportista, ya sea de élite o amateur: “Es muy importante que un estudio de la pisada sea realizado por un profesional sanitario ya que, de no ser así, el deporte puede convertirse en un riesgo para la salud en vez de en un beneficio.” La doctora M^a Luz de los Mártires, como reumatóloga ha afirmado que “cuando se prescribe un tratamiento con unas plantillas, si estas no están bien hechas, tienen un efecto contraproducente en el paciente”. También ha señalado que “se demuestran las actitudes con hechos: **la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid va a incorporar la figura del podólogo como personal sanitario**”. La gerente de la Consejería de Sanidad cree “fundamental” el papel del podólogo en el tratamiento de otros pies de riesgo como puede ser el pie diabético. También ha señalado que “la línea en la que está trabajando la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid es en la especialización de los profesionales para evitar el intrusismo profesional y en el trabajo multidisciplinar para que cada profesional sanitario tenga su papel”.

Por su parte, el presidente de Sepod ha detallado la estadística lesional en corredores de maratón. Los datos son realmente preocupantes. Ángel de la Rubia ha apuntado que “un estudio de campo realizado en el último maratón de Madrid, revela que de los atletas que se hicieron un estudio de la pisada, el 30,2% se la realizó en la propia tienda deportiva”.

El presidente de Sepod ha añadido que **“el 80% pisa mal y el 33% lleva plantillas no personalizadas”**. De la Rubia ha asegurado que Sepod lleva muchos años teniendo reuniones con inspectores de Sanidad para denunciar el intrusismo por parte de diversas marcas y tiendas deportivas que ofrecen estudios de la pisada: “El acuerdo de hoy en un paso adelante en la lucha contra el intrusismo en los estudios de la pisada”.

El presidente de Sebior ha explicado en qué consiste un completo estudio podológico biomecánico, ha hablado del riesgo de los falsos diagnósticos y ha destacado la eficacia de los soportes plantares a medida frente a los prefabricados. José Manuel Castillo ha advertido de que en algunas tiendas deportivas “se ofrecen estudios de la pisada sin el debido rigor profesional, para recomendar uno u otro calzado, o incluso plantillas prefabricadas con usos y virtudes concretas, según el fabricante”. Según el presidente de Sebior, **“un diagnóstico erróneo puede dar lugar a que cualquier vendedor comercialice una plantilla que no es la adecuada”**. “Hay que hacer un diagnóstico certero, tanto biomecánico como podológico”, ha afirmado Castillo. El presidente de esta sociedad científica ha citado numerosos estudios que corroboran la eficacia de los resultados de los soportes plantares personalizados frente a los soportes estándar, lo que demuestra científicamente que los tratamientos personalizados realizados por personal competente son mucho más eficaces ya que se adaptan las necesidades del deportista: “No solo se conseguirá de esta forma evitar lesiones sino aumentar el rendimiento deportivo”.

En el acto dejaron su testimonio de cómo la Podología les ayuda en su disciplina, dos deportistas profesionales. La triatleta olímpica Zuriñe Rodríguez, que ha comentado que su primer contacto con un podólogo fue con 12 años en Francia debido a una lesión y que a partir de entonces comenzó a usar plantillas y se recuperó. Ha comentado que **tras el estudio de pisada que le ha realizado un podólogo deportivo ha comenzado a notar mejoría tanto a nivel de rendimiento, consiguiendo varios podios en carreras, como en la salud de sus pies** y ha confesado que esto le sorprendió: “Desaparecieron mis callos y se me dejaron de dormir los pies cuando montaba en bicicleta. Para mí es un trabajo excepcional. No olvidemos que todo el movimiento empieza en los pies”.

Por su parte, el ironman Javier Herrero, ha contado que al comienzo de su carrera deportiva no conocía la importancia de la figura del podólogo y se autodiagnosticaba. Comenzó a usar unas plantillas estándar que le ocasionaron una lesión que le impedía competir. Acudió a un podólogo deportivo que le realizó un estudio de la pisada completo y le fabricó unas plantillas a medida. Tres meses después, quedó sexto en el Triatlón Internacional de Abu Dabi y en menos de cinco logró muchas de sus metas deportivas, entre ellas la posición 17 en el ranking mundial. El ironman ha sido rotundo: “Ese año, si no me hubiera puesto en manos de un podólogo deportivo todo lo que me sucedió hubiera sido una quimera”. Ha contado también que **cada año se revisa las plantillas. “No he vuelto a tener ninguna lesión”**, ha asegurado Javier Herrero. Recientemente ha conseguido dos top ten y se ha clasificado para el Campeonato del Mundo que se celebrara en Estados Unidos en septiembre. Herrero tiene claro que “sin las plantillas, esto no hubiera sido posible” y ha terminado su intervención dando dos consejos para los que se quieran iniciar de manera profesional en este deporte: “Realizarse una prueba médica de esfuerzo y realizarse un estudio biomecánico, tanto de la postura en bicicleta como de la pisada, con un podólogo deportivo”.

Al acto han asistido, entre otras personas, miembros de las dos sociedades científicas SEBIOR y SEPOD, podólogos del Consejo Superior de Deportes y de la Federación de Fútbol de Madrid, de la Asociación Deportiva Mapoma, así como toda la Junta de Gobierno del Consejo de Colegios de Podólogos.

AEPSAD, CGCOP, Sepod y Sebior han acordado dar a conocer el estudio a los servicios médicos de todas las Federaciones deportivas, asociaciones vinculadas al deporte y presentárselo al Consejo Superior de Deportes para que lo suscriba.

Además, han decidido establecer vías de colaboración entre estas instituciones en ámbitos como el de la divulgación y la formación.

AEPSAD nació como Agencia Estatal Antidopaje en 2008 y en 2013 adquirió competencias en deporte y salud. Es el organismo público a través del cual se realizan las políticas estatales de protección y promoción de la salud en el deporte y de lucha contra el dopaje.

Estudio de la pisada en deportistas y sus riesgos

Elaborado por Sepod y Sebior por encargo del Consejo General

(Resumen)

El informe destaca que los deportistas son cada vez más conscientes de la importancia de un estudio biomecánico previo a la actividad, tanto con fines preventivos como para mejorar su rendimiento; y los centros comerciales y marcas deportivas son conocedoras de ello. **Se ofrecen sin el debido rigor profesional “estudios de la pisada”, para recomendar uno u otro calzado, o incluso plantillas pre-fabricadas** con usos y virtudes concretas, según el fabricante. Los datos son realmente preocupantes; un estudio de campo realizado en el último maratón de Madrid, revela que **de los atletas que se hicieron un estudio de la pisada, el 30,2% se la realizó en la propia tienda deportiva.**

El informe concluye que "recomendar una plantilla concreta pre-moldeada o estándar, o un tipo de calzado corrector en base a un estudio de la pisada o a otro tipo de análisis, sin el informe del podólogo o del médico, puede constituir **un ejercicio de diagnóstico y prescripción enmascarado**; en cuyo caso, supone **un acto de intrusismo**, o al menos de inclusión en competencias profesionales propias y exclusivas del médico y del podólogo. Y lo que es más grave, **podría acarrear consecuencias en la salud podológica del sujeto en su rendimiento deportivo**".

En las conclusiones se señala también que **las plataformas de análisis de las presiones plantares, estudio de la huella, estática y dinámica, o estudio de la pisada** (como se conocen actualmente), **son un equipamiento complementario** para llegar a un diagnóstico biomecánico del sujeto; por tanto **de valoración por personal facultativo capacitado**.

Asimismo, aclara que los estudios dinámicos o de la pisada, aportan únicamente parámetros que vienen a corroborar y completar un análisis y exploración podológica-biomecánica, previa y necesaria para llegar a un diagnóstico certero. Tanto estas pruebas como cualquier equipamiento técnico complementario, requiere de unos conocimientos adquiridos en base a una formación específica, y acorde con las competencias legales que se otorgan a cada profesión, según el caso. En este sentido, **“únicamente el podólogo y el médico son los facultativos con capacidad de prescripción y por tanto con capacidad diagnóstica”**.

El encargo del estudio surge de la preocupación sobre el uso e interpretación de plataformas para estudio de la pisada por diversas marcas deportivas, centros comerciales, zapaterías especializadas y ortopedias, y la prescripción de plantillas estándar o pre-moldeadas y calzado de uso deportivo.

El informe ha sido elaborado por una comisión conjunta creada por miembros de SEBIOR y SEPOD, y abarca diferentes puntos claves sobre las lesiones deportivas y la eficacia de los soportes plantares personalizados, el calzado deportivo y su recomendación según “pie pronador, supinador, o neutro”, y estudios de la pisada: características del análisis y competencias. Este informe razonado, se basa en datos publicados en revistas científicas y trabajos de campo, y se sustenta, además, en aspectos legales sobre las competencias y capacidades de la Podología en España.

El Estudio y el calzado deportivo

El Estudio destaca que el calzado deportivo constituye un elemento corrector o compensador de determinadas alteraciones biomecánicas del pie. **Esto implica que, prescrito o recomendado de forma incorrecta, es decir, si no se ajusta a un diagnóstico biomecánico certero, puede contribuir a la aparición de lesiones o al empeoramiento de las alteraciones ya existentes.**

El informe cita un estudio publicado en la *British Journal of Sports Medicine*, advierte que **la prescripción de calzado deportivo en base al análisis del pie entre “supinador, pronador, o neutro”, es excesivamente simplista y potencialmente perjudicial para una adecuada salud del sujeto.**

Un diagnóstico biomecánico certero incluye pruebas exploratorias del miembro inferior y del pie, entre ellas: rangos de estabilidad articular, patrones torsionales, determinación de disimetrías, estudio de las cadenas musculares, estudios posturológicos, análisis de las presiones plantares y estudios de la marcha y del gesto técnico deportivo.

El Estudio y las plantillas

El Estudio destaca que la **prescripción adecuada de los soportes plantares que requiere un deportista y el tipo de zapatilla deportiva que debe utilizar** requiere una exhaustivo estudio biomecánico y de presiones plantares, estático y dinámico, que lleve a un diagnóstico.

Según el informe **existe una opinión compartida de la efectividad de los soportes plantares realizados a medida, es decir, adaptados directamente al pie o a moldes positivos del mismo; y prescritos por el facultativo competente (médico o podólogo).**

La evidencia científica es clara y contundente en tratamientos como el de la fascitis plantar: **el soporte plantar personalizado, bajo molde del pie, o adaptado directamente al mismo, previo estudio biomecánico-podológico, es más eficaz que plantillas pre-moldeadas o estándar.**

La efectividad de los soportes plantares realizados a medida, también se ha comprobado en el alivio del dolor lumbar o en niños con marchas rotadoras internas.

Según el Estudio, la fase final del estudio biomecánico, **la del análisis de la marcha o estudio de la pisada, requiere de los conocimientos adquiridos en base a una formación específica y acorde con las competencias legales otorgadas. Según estas, únicamente el podólogo y el médico son los facultativos con capacidad de prescripción de ortesis u ortoprótesis, y por tanto, con capacidad diagnóstica.**

El informe y las plataformas de estudio de pisada

El informe plantea que no se debe banalizar sobre los dispositivos. **Las plataformas para el estudio de la pisada constituyen un equipamiento que debe ser usado e interpretado por personal facultado para ello.** Cuando personal no capacitado para ello clasifica a un pie de “pronador, supinador o neutro”, **se está realizando un diagnóstico del pie, simplista y en muchas ocasiones erróneo**, basado en escasa evidencia científica y **que podría acarrear consecuencias graves en la salud del deportista; en el momento en que, sin el informe del podólogo o del médico, se aconseje el uso de una determinada plantilla prefabricada, calzado corrector u otro tipo de calzado** que contenga elementos que puedan influir en la biomecánica del individuo.

Existen muchas alteraciones biomecánicas que producen patologías asociadas a determinadas actividades deportivas, o a lesiones, **que no se aprecian con un simple estudio de la pisada:** requieren, para su diagnóstico, una exploración biomecánica-podológica completa y exhaustiva.