

USTED NO TIENE QUE VIVIR CON EL DOLOR DE PIES

Las órtesis

pueden ayudarlo

Preguntas frecuentes sobre las órtesis

¿Qué son las órtesis?

Las órtesis son objetos hechos a la medida que se insertan en el calzado y que son prescritos por un doctor en podiatría o en osteopatía o un médico general después de un examen y diagnóstico médico. Las órtesis están diseñadas para facilitar o corregir un patrón de marcha anormal o irregular.

¿Cómo funcionan las órtesis?

Las órtesis hacen que sea mucho más cómodo y eficiente el estar de pie, caminar y correr mediante la modificación de los ángulos en que el pie golpea la superficie. Las órtesis que se colocan dentro del calzado pueden absorber el impacto, mejorar el equilibrio y quitar la presión de los puntos de dolor. Los podiatras son pioneros de esta tecnología y están desarrollando órtesis de mayor tecnología.

¿Qué son los podiatras (DPM)?

Los podiatras son especialistas en el pie y tobillo. Algunos se especializan en el tratamiento conservador, mientras que otros ejercen mayormente como cirujanos. Muchos podiatras se especializan en las necesidades de las personas con diabetes. Los podiatras también asisten a otros médicos en cirugías no relacionadas con la podiatría gracias a sus habilidades especiales y a su relación con los pacientes. La Junta de Medicina Podiátrica del Departamento de Asuntos del Consumidor autoriza y regula a los podiatras.

¿Dónde busco a un podiatra?

Pida a su médico que lo refiera o comuníquese con la Asociación Médica de Podiatría de California (California Podiatric Medical Association) para obtener los nombres de los podiatras cerca de usted. Llame al 916.448.0248 ó al 800.794.8988 o visite www.podiatrists.org. Asegúrese de visitar el Departamento de Asuntos del Consumidor (Department of Consumer Affairs) en www.dca.ca.gov para verificar la licencia de su médico y su historial de negligencia médica o medidas disciplinarias. También puede comunicarse con la Junta de Medicina Podiátrica (Board of Podiatric Medicine) al 916.263.2647 o en Internet en www.bpm.ca.gov para obtener información sobre las licencias.

LAS PREGUNTAS CONTINÚAN EN EL INTERIOR...

El dolor de pies no es normal. Consulte a un podiatra para obtener ayuda.

CONTINUACIÓN DE PREGUNTAS FRECUENTES...

¿Las órtesis no son sólo para corredores u otro tipo de atletas?

Los corredores y atletas tienen necesidades especiales, pero las órtesis también pueden ayudar a las personas que no son atletas. Un desequilibrio en sus pies—incluso uno pequeño—puede cambiar su postura y afectar todo su cuerpo. Las órtesis pueden ayudarlo si:

- » Un lado de la suela de su zapato se desgasta más rápido que el otro.
- » Se tuerce los tobillos con frecuencia.
- » Tiene dolor crónico en los talones, rodillas o parte inferior de la espalda.
- » Los dedos de sus pies no son rectos.
- » Sus pies apuntan hacia adentro o hacia fuera excesivamente cuando camina

¿Qué hay de las plantillas para calzado y soportes para el arco del pie que se venden en las tiendas?

Los soportes para el arco del pie y las plantillas que se fabrican para tallas de calzado estándar son generalmente asequibles y pueden ser útiles, pero no son adecuadas para todas las personas. Las órtesis inadecuadas pueden dañar la biomecánica, modo de andar y postura sanas.

Son las piernas las que me duelen y no los pies ¿pueden ayudarme las órtesis?

Las tensiones, molestias y dolores en las piernas, muslos y parte inferior de la espalda pueden deberse a una mecánica anormal de los pies o a leves diferencias en la longitud de las piernas. Las órtesis pueden ayudarlo.

¿Pueden las órtesis prescritas por un podiatra realmente marcar la diferencia?

Las órtesis correctamente prescritas han aliviado el dolor debilitante de miles de personas. Muchas de las personas que no podían dar ni un paso sin experimentar dolor, caminan normalmente y llevan vidas más activa gracias a las órtesis. Cualquiera puede darle plantillas fabricadas en masa, pero sólo los podiatras están entrenados, y autorizados, para diagnosticar condiciones médicas y prescribir órtesis.

¿Las órtesis pueden reemplazar a la cirugía de pie?

Los podiatras a menudo recomiendan las órtesis y otro tipo de tratamiento conservador para muchos de los problemas de pies y tobillos antes de considerar la cirugía podiátrica.

¿Qué hay de las personas con diabetes?

Para las personas con diabetes, artritis u otras condiciones médicas, una órtesis que no se ajusta adecuadamente puede resultar peligrosa. En especial, las personas con diabetes necesitan diagnósticos y prescripciones adecuadas por parte de un médico con licencia.

¿Quiénes fabrican las órtesis?

Algunos podiatras fabrican sus propias órtesis para los pacientes, pero la mayoría envían sus prescripciones a técnicos o laboratorios de órtesis. Las órtesis prescritas adecuadamente no son baratas, pero sí muy eficaces y duraderas.

Consejos para comprar

No deje engañar por las plantillas “hechas a la medida” que se venden en las ferias del hogar o las ferias de salud, por correo o en Internet. Un médico debe prescribirle las órtesis.

Tenga cuidado con las plantillas que personas sin licencia venden para fines médicos. Verifique la licencia de un profesional médico en el sitio de Internet www.dca.ca.gov. Haga clic en “Verify a License”.

Para más información

DEPARTMENT OF CONSUMER AFFAIRS
(DEPARTAMENTO DE ASUNTOS DEL CONSUMIDOR)
BOARD OF PODIATRIC MEDICINE
(JUNTA DE MEDICINA PODIÁTRICA)
2005 Evergreen St., Suite 1300
Sacramento, CA 95815
916.263.2647
www.bpm.ca.gov

CALIFORNIA PODIATRIC MEDICAL ASSOCIATION
(ASOCIACIÓN MÉDICA DE PODIATRÍA DE CALIFORNIA)
2430 K St., Suite 200
Sacramento, CA 95816
916.448.0248 ó 800.794.8988
www.podiatrists.org

AMERICAN PODIATRIC MEDICAL ASSOCIATION
(ASOCIACIÓN MÉDICA AMERICANA DE PODIATRÍA)
9312 Old Georgetown Road
Bethesda, MD 20814-1621
301.581.9200
www.apma.org