

CONSEJOS DE TU FARMACÉUTICO

pie de atleta

El pie de atleta es una infección micótica producida por hongos dermatofitos (que se alimentan de queratina). Afecta los pliegues interdigitales, la planta y los bordes del pie. La tiña pedis o pie de atleta puede desarrollarse por hongos ya presentes en los pies o por contagio de hongos patógenos provenientes de otras personas.

Son factores de riesgo:

- Sudor excesivo de pies
- Rozaduras o llagas en los pies
- Utilización de calzado cerrado o calcetines que no transpiran
- Utilizar los mismos zapatos o calcetines largo tiempo
- Trabajos con muchas horas de pie o andando
- Trabajos en lugares húmedos
- Deportistas, corredores, atletas...
- Alteraciones orgánicas o enfermedades:
 - Diabetes
 - Mala circulación sanguínea
 - Inmunodeficiencia, medicamentos o infecciones

El contagio se produce casi siempre en lugares que coinciden varias personas y llevan los pies descalzos como ocurre en las piscinas, duchas, gimnasios, alfombras

Los síntomas comienzan con sudoración de los pies, mal olor, dolor, grietas o rozaduras en los pies.

Los signos clínicos suelen ser prurito, picor, descamación...

Medidas higiénicas preventivas:

- Conservar los pies secos, evitando el sudor
- Lavarse los pies cada día y secarlos muy bien.
- Utilizar siempre calcetines de algodón y cambiarlos diariamente.
- Llevar zapatos transpirables, evitando botas de plástico.
- Cambiar las toallas frecuentemente.
- Evitar caminar descalzo por alfombras o moquetas.

