



¿PERQUÈ LES  
PLANTILLAS DINÀMIC  
FOOTBED SOLUCIONEN  
ELS PROBLEMES DE  
GENOLLS?



En les consultes Footbed veiem molts casos de pacients amb problemes als genolls, aquestes àlgies són molt comuns entre els esportistes i persones que treballen moltes hores de peu

*Un correcte recolzament podal és fonamental degut, al fet que, el peu s'ha d'adaptar a la superfície per la qual es mou i que al seu torn, va unit a estructures anatòmiques ascendents que impliquen la seva correcta posició en el cos; un exemple evident és l'articulació del genoll. Un dels problemes més comuns que presenten molts*



*pacients amb molèsties als*

genolls, és una desviació a nivell del retropeu, aquesta desviació pot generar un desequilibri en aquesta articulació causant dolor, ja que obliga a aquesta a moure de manera patològica, quan es generen moviments incorrectes al llarg del temps, cursen amb desgasts prematurs, tensions musculars i dolors.

També pot influenciar en maluc i esquena generant desequilibris, mecanismes de compensació que generen tensions musculars, postures incorrectes, etc ...

Per tot això és important un estudi biomecànic del recolzament plantar i de la postura acompanyat per una exploració podològica completa en el qual es pugui englobar tota l'estructura anatòmica del cos.

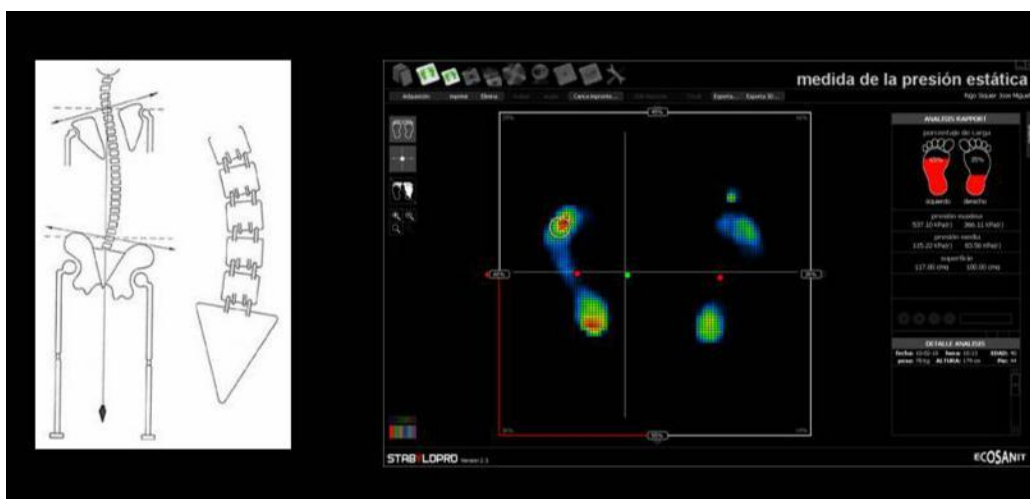


Per tant, podem dir que una de les solucions que millor solucionen aquests problemes de genoll **Són la utilització de plantilles dinàmic Footbed per controlar la valgüismo de genoll** mitjant un recolzament propi plantar, com també, una **potensació paulatina del quàdriceps** per donar una major estabilitat del genoll i disminuir els dolors.

*Ejemplo 1:*



Com es pot valorar en la imatge de l'esquerra s'observa un recolzament plantar **externalizat generant problemes al genoll per la part interna**, mentre que la imatge de la dreta és valorada **un recolzament per la part interna causant molèsties a la part interna externa del genoll**, amb un suport plantar des del suport plantar reconduïx aquestes desviacions es podran pal·liar els problemes que es desencadenen als genolls.



Com també problemàtiques associades al maluc s'evidencien des del recolzament plantar amb unes petjades asimètriques, amb recolzaments plantars es podrà donar suport simètric i millorar la posició del maluc.

Paral·lelament podríem parlar d'una solució per alleujar la simptomatologia del genoll, l'embenat neuromuscular o Kinesoteràpia.



The Footbed Company SL • C/ Protectora 10, local 7, 07012 - Palma de Mallorca  
Tel.: 971 771 174 • email: oficina@footbedcompany.com

[www.footbedcompany.com](http://www.footbedcompany.com)

MADRID • BARCELONA • PALMA • BILBAO • VITORIA • MURCIA • PAMPLONA