

▶ SOS infradito!

Non c'è nulla da obiettare, in estate sono le calzature che vanno per la maggiore e si indossano in qualunque occasione, dall'ufficio (meglio se in situazioni informali) alle serate fra amici. Negli ultimi anni anche gli uomini hanno scoperto la loro comodità, e non solo in spiaggia, come si nota passeggiando in città... Attenzione però, la sensazione di comfort può nascondere qualche "insidia", perché le infradito possono danneggiare la salute dei nostri piedi, in particolare tallone e volta plantare.

Il dottor Andrea Bianchi, medico chirurgo specializzato in Ortopedia e Traumatologia, raccomanda l'uso di sandali con chiusure e plantare per garantire un miglior supporto al piede poiché: "La suola molto piatta, l'assenza di arco plantare e di ammortizzazione non offrono alcun supporto al calcagno, e alimentano una cattiva postura, con conseguenti infiammazioni tendinee". Chi le infradito le porta tutti i giorni è più soggetto a dolori al tallone, alla volta plantare e all'anca. La maggior parte di questi problemi è causata dai movimenti che il nostro corpo esegue per non fare scivolare le infradito dal piede. Inoltre, sono scivolose (non si devono per legge calzare quando siamo alla guida, anche se qualche strappo alla regola ce lo concediamo), e spesso causano infezioni generate dalle piccole ferite che si creano tra l'alluce e il secondo dito.

"Il dolore al tallone è molto diffuso – conclude l'esperto – ogni anno cresce il numero di pazienti soggetti ad appiattimento delle volte plantari". Insomma, se proprio non ne possiamo fare a meno, cerchiamo di alternare il tipo di calzatura, specialmente quando dobbiamo camminare a lungo.

Profilo del dottor Andrea Bianchi
Laureato all'Università degli Studi di Perugia, con 110 e lode, si è specializzato nel 1993 in Ortopedia e Traumatologia, con il massimo dei voti. Durante la specializzazione ha collaborato presso la struttura "Les Hôpitaux Universitaires de Strasbourg", in Francia. Dal 1994 è direttore per l'Italia dell'americana "Academy Of Ambulatory Foot & Ankle Surgery". Dal 2004 è professore universitario del Corso di Flebologia dell'Università degli Studi di Perugia. ●

