

## **Corrige tu pisada y tu posición en la bicicleta con la última tecnología**

**“En el estudio se evalúa el pedaleo y su eficacia, así como la presión que ejerce el ciclista sobre el sillín, los pies y el manillar de manera individualizada, buscando en todo momento la posición idónea”, explica el fisioterapeuta responsable de la Unidad de Biomecánica del Ciclista, Garikoitz Etxebeste.**

**“El 80% de la población sufre problemas relacionados con los pies”, asegura el podólogo de la Unidad del Pie de Policlínica Gipuzkoa y Podoactiva, Toni Martínez.**

El próximo miércoles, 6 de abril, Policlínica Gipuzkoa celebrará su segunda Aula de Salud de 2016 en Eibar, en la Casa de Cultura Portalea, donde a partir de las 19:30 horas los podólogos de la Unidad del Pie y Podoactiva, Guadalupe Izquierdo y Toni Martínez, y el fisioterapeuta responsable de la Unidad de Biomecánica del Ciclista, Garikoitz Etxebeste, explicaran las ventajas que ofrece un estudio completo y personalizado.

“Un estudio biomecánico de la pisada ayuda a descartar que las molestias que podamos tener a nivel de rodilla, cadera y espalda no estén causadas por una mala pisada –explica la podóloga Guadalupe Izquierdo-, en el caso de los deportistas, con el estudio se previene una mala alineación del pie que puede provocar lesiones y ayuda incluso a mejorar el rendimiento”.

“Nos encontramos muchos pacientes con problemas en las rodillas debido a una mala pisada -asegura el podólogo, Antonio Martínez-, entender el pie como uno solo sería un error, tenemos toda una pierna arriba y va a depender mucho del pie su correcta dinámica. El calzado es otro de los factores que actualmente perjudica al pie y es importante saber cuál es el más adecuado para cada actividad o pisada”.

“Cada vez hay más gente que conoce la figura del podólogo y acude a consulta. Pero todavía hay bastante falta de información sobre cuál es el cuidado apropiado de los pies, protocolos de prevención y calzado más adecuado”, afirma Antonio Martínez, quien añade que “el 80% de la población sufre problemas relacionados con los pies y tan solo una pequeña parte acude al podólogo de forma regular. De los pacientes que nos encontramos en consulta, los que mayores cuidados requieren son los niños, los deportistas y los pacientes diabéticos”.

Pon la bicicleta a tu medida

La Unidad de Biomecánica del Ciclista ofrece un estudio completo y personalizado a todos aquellos amantes de la bicicleta. Su responsable, el fisioterapeuta Garikoitz Etxebeste, explica: “En el estudio, que dura aproximadamente dos horas, se realiza una exploración fisioterapéutica, se evalúa el pedaleo y su eficacia, así como la presión que ejerce el ciclista sobre el sillín, los pies y el manillar de manera individualizada, buscando en todo momento la posición idónea”.

Además, añade el especialista, “con un análisis cinemático en 4D del cuerpo, se estudia la posición

del ciclista en su globalidad, pudiendo valorar cómo afecta cualquier cambio en la posición de la bicicleta en el esqueleto del ciclista”. “He visto a muchos ciclistas, algunos mejor posicionados, otros peor, con y sin lesiones, pero lo que realmente he percibido en estos primeros meses, es que es realmente imprescindible ofrecer un estudio biomecánico a los amantes de la bicicleta”, asegura Garikoitz Etxebeste, quien concluye, “si se realizan el estudio notaran la diferencia al momento”.

#### Sobre Quirónsalud

Quirónsalud es el grupo hospitalario más importante de España y el tercero de Europa. Está presente en 13 comunidades autónomas, cuenta con la tecnología más avanzada y dispone de una oferta superior a 6.200 camas en más de 80 centros, como la Fundación Jiménez Díaz, Ruber, Hospital La Luz, Teknon, Dexeus, Policlínica de Gipuzkoa, etc., así como con un gran equipo de profesionales altamente especializados y de prestigio internacional.

Trabajamos en la promoción de la docencia (siete de nuestros hospitales son universitarios) y la investigación médico-científica (contamos con el Instituto de Investigación Sanitaria de la FJD, único centro investigador privado acreditado por la Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación).

Asimismo, nuestro servicio asistencial está organizado en unidades y redes transversales que permiten optimizar la experiencia acumulada en los distintos centros, y la traslación clínica de nuestras investigaciones. Actualmente, Quirónsalud está desarrollando más de 1.600 proyectos de investigación en toda España y muchos de sus centros realizan en este ámbito una labor puntera, siendo pioneros en diferentes especialidades como cardiología, endocrinología, ginecología, neurología y oncología, entre otras.

#### **Datos de contacto:**

Policlínica Gipuzkoa  
943002759

Nota de prensa publicada en: [Donostia-San Sebastián](#)

Categorías: [Medicina Ciclismo Innovación Tecnológica](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>