

## **Policlínica Gipuzkoa alerta de que el riesgo de contagio del pie de atleta aumenta al caminar descalzo en duchas públicas, piscinas y vestuarios**

**El pie de atleta es una infección en el pie producida por hongos que está muy extendida en todo el mundo y es la micosis cutánea más frecuente, afectando al 15% de la población general**

El pie de atleta es una infección causada por hongos que afecta principalmente a la piel entre los dedos del pie y puede extenderse a lo largo de la planta. Desde la Unidad del Pie de Policlínica Gipuzkoa y Podoactiva, el podólogo Jesús Molano explica que "esta afección puede presentarse en uno o ambos pies y suele proliferar debido al aumento de temperatura y humedad generado por el calzado durante la práctica deportiva". Esta patología representa el 70% de los casos de tiña, infección causada por hongos y es altamente contagiosa, ya que se puede ser portador sin mostrar síntomas.

El término "pie de atleta" proviene del hecho de que los deportistas son especialmente propensos a esta infección. El riesgo de contagio aumenta al caminar descalzo en duchas públicas, piscinas, vestuarios y otros lugares similares. También se puede contraer al compartir toallas, calzado o calcetines, o al caminar descalzo sobre alfombras, moquetas o suelos húmedos en áreas concurridas, como habitaciones de hotel. Además, el riesgo de infección se incrementa si los pies sudan y permanecen húmedos debido al uso de calzado cerrado.

El pie de atleta es una infección muy extendida en todo el mundo y es la micosis cutánea más frecuente, afectando al 15% de la población general, principalmente a varones de entre 20 y 50 años. Curiosamente, esta afección es prácticamente desconocida entre los pueblos indígenas que caminan descalzos. Las características de los hongos patógenos y las vías de transmisión típicas de la infección son responsables de la alta incidencia de casos en Europa.

### **Diagnóstico y tratamiento**

En la mayoría de los casos, el médico puede diagnosticar el pie de atleta simplemente con una inspección visual. Sin embargo, algunos tipos de pie de atleta pueden parecerse a piel seca o dermatitis. Para confirmar el diagnóstico y descartar otras afecciones, el médico podría tomar una muestra de piel de la zona afectada para examinarla en el laboratorio.

Desde la Unidad del Pie de Policlínica Gipuzkoa y Podoactiva describen los síntomas principales del pie de atleta como una "intensa picazón, irritación y descamación de la piel". "También pueden aparecer pequeñas grietas entre los dedos y formarse ampollas en la planta del pie", advierte el podólogo Jesús Molano. Estos signos pueden resultar especialmente molestos y, si no se tratan adecuadamente, podrían complicar la salud del pie. "Actuar rápidamente al detectar los primeros síntomas del pie de atleta es esencial para un tratamiento efectivo y evitar complicaciones", añade.

Para prevenir el pie de atleta, el podólogo recomienda adoptar ciertos hábitos de higiene: "Es fundamental mantener una buena higiene, usar chanclas en espacios públicos, secarse bien entre los dedos del pie, controlar el exceso de sudoración, utilizar productos antimicóticos, elegir calzado ligero y bien ventilado, y usar calcetines de calidad para la práctica deportiva", asegura.

Actualmente, existen tratamientos muy efectivos para combatir el pie de atleta, como pomadas y geles antimicóticos. En casos más graves y recurrentes, los podólogos pueden recomendar terapia oral. Si el pie de atleta no mejora con tratamientos de cuidado personal en un período de 2 a 4 semanas, o si reaparece con frecuencia, es aconsejable consultar a un médico.

Durante la consulta, el especialista evaluará el diagnóstico y determinará el tratamiento más adecuado para cada caso. Las opciones de tratamiento pueden incluir medicamentos antimicóticos orales, antibióticos para tratar infecciones bacterianas secundarias causadas por el rascado, y cremas tópicas con receta para eliminar los hongos. "Ante los primeros síntomas de irritación de la piel, es importante contactar con nuestro podólogo para recibir el tratamiento adecuado", aconseja el experto.

El podólogo concluye señalando que "la clave es ser conscientes de la importancia del cuidado de nuestros pies y actuar rápidamente ante los primeros síntomas", enfatiza.

**Datos de contacto:**

Policlínica Gipuzkoa

Policlínica Gipuzkoa / Comunicación

654 09 69 91

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

Categorías: [Nacional Medicina País Vasco Servicios médicos](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>