

## Con il caldo ricompaiono le infradito

**Ma faranno bene ai nostri piedi? Ce ne parla il Dottor Andrea Bianchi dello Studio Bianchi e Associati.**

Durante la bella stagione le infradito tornano ad essere le protagoniste della stagione sia per le donne sia per gli uomini. Ma per chi le usa tutti i giorni possono arrecare diversi problemi. La maggior parte di essi è causata dai movimenti che il nostro corpo esegue per non far scivolare le infradito dai piedi. Inoltre, la suola molto piatta, l'assenza di arco plantare e di ammortizzazione, non offrono alcun supporto al calcagno, anzi ci danno una cattiva postura che porta a infiammazioni tendinee.

Il Dr. Andrea Bianchi, Chirurgo specializzato in Ortopedia e Traumatologia dello studio Bianchi e Associati, raccomanda, invece, l'uso di sandali con le chiusure e il plantare, sempre freschi e alla moda al pari delle infradito, ma che garantiscono un miglior supporto per il nostro piede. Chi le utilizza anche per lunghe camminate in città, specialmente in vacanza, quando si cerca comodità su tutto, avrà notato quanto siano scivolose, pericolose nella guida e spesso tra l'indice e il pollice ci procurano piccole ferite e infezioni. Sconsigliate anche le pantofole, perché non provviste di laccetto che tenga fermo il piede e che non permetta il suo rotolamento. "Il dolore al tallone è molto diffuso - dichiara l'esperto - ogni settimana si presentano nuovi casi relativi a tale problema, nonché di appiattimento della volta plantare".

