

## PLANTILLAS

Escrito por Administrator

Martes, 03 de Agosto de 2010 17:36 - Actualizado Martes, 07 de Diciembre de 2010 20:12

---

### ¿Qué es una plantilla?

Es un artificio ortopédico, destinado a ser colocado en un zapato de serie, que los profesionales rea



### ▣ Tipos de plantillas

El diseño de la ortesis se determina en función de las características del pie, de su problema o del efecto que queremos conseguir (aliviar el dolor, paliativa, dar estabilidad o corregir).

## PLANTILLAS

Escrito por Administrator

Martes, 03 de Agosto de 2010 17:36 - Actualizado Martes, 07 de Diciembre de 2010 20:12

---

### □ ¿Hay que llevarlas en zapatos especiales?

No. Son suficientes unos buenos zapatos de serie, si tienen un tacón bajo, buena sujeción y no son muy estrechos.

### □ ¿Podré colocarlas en mis zapatos actuales?

Depende. A veces es necesario 1/2 número más. En cuanto al problema de anchura, la respuesta depende del modelo de zapato y la ubicación de los elementos de la plantilla. En cualquier caso, si el zapato está demasiado deformado, anula el efecto de la plantilla.

### □ ¿Se pueden llevar las plantillas con zapatos de tacón alto (más de 6 cm.) o sandalias?

No.



### ▣ ¿Hay que llevarlas a diario y en ambos pies?

Si, porque solo actúan cuando se llevan estando de pie.

Se deben colocar en los dos pies, aunque sólo uno esté enfermo, para respetar el equilibrio entre los miembros inferiores.

### ▣ Cuidado de las plantillas

Deben sacarse diariamente de los zapatos para airearlas. Evitar llevarlas humedecidas.

### ▣ Tiempo de adaptación

No tenga prisa. No espere estar confortable desde el primer momento. No podemos solucionar en unos pocos días ese problema que ha tardado años en adquirir.

Póngase sus plantillas en casa no más de 1 hora el primer día, no más de 2 horas el segundo día, no más de 3 horas el tercero. Debe ponérselas como poco 15 minutos.

## **PLANTILLAS**

Escrito por Administrator

Martes, 03 de Agosto de 2010 17:36 - Actualizado Martes, 07 de Diciembre de 2010 20:12

---

En algunos casos y dependiendo del tipo de plantillas, es posible que éstas puedan requerir alguna pequeña modificación o ajuste para mejorar su función, o hacerlas más confortables.

**DESEAMOS QUE ESTA INFORMACION LE AYUDE A ADAPTARSE ASUS NUEVAS  
PLANTILLAS**