

(ARNOLDO MONDADORI EDITORE)

## Rimedi piedi pronto intervento

Piedi doloranti, stanchi e affaticati e per di più afflitti da vesciche e calli. Che fare quando queste sofferenze accadono per strada? Ecco le soluzioni d'emergenza da avere sempre in borsetta



Credits: Podovi

calzata. È il caso della **talloniera gel** di **Podovis**, realizzata in morbido gel trasparente. Previene e attenua i fastidi di calcagno e tallone e aiuta a mantenere una corretta postura.

Assorbe parte degli **shock meccanici** e delle sollecitazioni che il tallone subisce durante la camminata, nella fase di impatto con il suolo, riducendo anche lo **stress articolare** sulle **ginocchia**.

Assicura inoltre una **protezione del tendine** che, grazie alla posizione sopraelevata del tallone, evita uno stiramento eccessivo.

Ideale per chi trascorre **molte ore in piedi**, va benissimo anche per chi cammina molto. Disponibile in due misure: small (36/40) e large (41/45).

### Se soffri di dolore al tallone

Ti colpisce se indossi le **ballerine** o altre scarpe rasoterra 24 ore al giorno. Sia se cammini sia se stai in piedi per molto tempo, il muscolo del tallone viene stirato al massimo, accusando tutti i colpi dell'impatto con il suolo, come se fosse privato di un "ammortizzatore". Per ridurre i dolori al calcagno, hai bisogno di un dispositivo che sopraelevi il **tallone** all'interno della scarpa, senza modificarne la