La segunda estrella de España también se construye desde los pies: el Consejo General de Colegios Oficiales de Podólogos pone en valor el papel de la Podología en el éxito de la selección

- **Javier Alfaro, podólogo de la selección española masculina de fútbol, explica cómo la prevención, la biomecánica y el trabajo multidisciplinar contribuyen al máximo rendimiento de los futbolistas de élite**

Madrid, 5 de agosto de 2026.- La proclamación de la selección española masculina de fútbol como campeona del mundo ha puesto el foco en el extraordinario trabajo realizado por jugadores y cuerpo técnico. Sin embargo, detrás del éxito deportivo existe un amplio equipo de profesionales sanitarios cuya labor resulta imprescindible para que los futbolistas puedan competir al máximo nivel.

Entre ellos se encuentra el podólogo Javier Alfaro, integrante del servicio médico de la selección española, quien ha compartido con el Consejo General de Colegios Oficiales de Podólogos cómo es el trabajo que desarrolla antes, durante y después de una competición de la máxima exigencia como un Mundial.

"El pie es una estructura fundamental para un futbolista. Nuestro trabajo consiste en ayudar a que el jugador pueda entrenar mejor, competir mejor y reducir al máximo el riesgo de lesión", explica Alfaro.

Prevención, personalización y recuperación

La labor del podólogo comienza mucho antes del primer partido. Durante las concentraciones previas se realizan estudios biomecánicos, revisiones del calzado, análisis de la pisada, adaptación de botas, fabricación de plantillas personalizadas y protectores específicos para cada jugador.

Ya durante el campeonato, el trabajo es constante. Antes de cada entrenamiento y partido se colocan protecciones y vendajes individualizados; posteriormente se realizan las curas de lesiones dérmicas, el mantenimiento de uñas y callosidades, así como tratamientos de movilidad articular y descarga muscular del pie.

"Muchas patologías de origen mecánico, como tendinopatías aquíleas, fasciopatías o metatarsalgias, tratadas desde el primer momento evitan su cronificación y permiten que el futbolista continúe entrenando con normalidad", señala.

Tecnología al servicio del rendimiento

La biomecánica constituye uno de los pilares del trabajo podológico en el fútbol profesional.

Para ello se emplean plataformas baropodométricas, plantillas instrumentadas, sensores inerciales (IMUs) y escáneres tridimensionales que permiten analizar con precisión los gestos deportivos y diseñar tratamientos completamente personalizados.

Gracias a estas herramientas es posible fabricar plantillas a medida, adaptar el calzado deportivo o desarrollar protectores específicos que mejoran el confort y reducen el riesgo de lesiones.

Un trabajo coordinado con todo el equipo médico

El podólogo forma parte de un equipo multidisciplinar integrado por médicos, fisioterapeutas, nutricionista y readaptadores físicos, donde todas las decisiones clínicas se toman de forma conjunta.

Esta coordinación permite abordar cada lesión desde diferentes perspectivas. Mientras un fisioterapeuta trabaja sobre una lesión muscular, el podólogo puede intervenir sobre la movilidad del pie para optimizar la propulsión y mejorar la recuperación funcional del jugador.

"El podólogo aporta soluciones específicas para las patologías del pie, pero también analiza cómo la pisada puede influir en estructuras superiores como la rodilla, la cadera o la espalda", destaca Alfaro.

La salud del pie, clave para prevenir lesiones

Desde el Consejo General de Colegios Oficiales de Podólogos recuerdan que los pies constituyen el único punto de apoyo del cuerpo y desempeñan un papel determinante tanto en el deporte profesional como en la práctica deportiva amateur.

Una adecuada salud del pie contribuye a prevenir lesiones musculares y articulares, mejora la eficiencia del movimiento y favorece el rendimiento deportivo.

Por ello, el Consejo anima a todos los deportistas, independientemente de su nivel, a incorporar las revisiones podológicas dentro de sus hábitos de prevención.

> *"Acudir al podólogo no significa necesariamente necesitar un tratamiento. Muchas veces supone recibir recomendaciones sobre el calzado, ejercicios preventivos o pequeños ajustes que ayudan a evitar lesiones y a disfrutar del deporte con mayor seguridad"*, concluye Javier Alfaro.

Con motivo del reciente triunfo mundialista de la selección española masculina de fútbol, el Consejo General de Colegios Oficiales de Podólogos quiere reconocer el trabajo desarrollado por todos los profesionales sanitarios que forman parte del equipo médico y poner en valor la aportación de la podología al deporte de alto rendimiento. La consecución de la segunda estrella demuestra que el éxito se construye desde el talento, el esfuerzo colectivo y también desde el cuidado integral de la salud de los deportistas.

Accede a la entrevista completa aquí:
https://drive.google.com/file/d/1ClGX7lfV2laTY_O23jUaLSnvvlYSqKII/view?usp=sharing

Para más información:
Consejo General de Colegios Oficiales de Podólogos
Dpto. Comunicación
prensa@cgcop.es