

image not found or type unknown



Todo comienza por un paso

Victor Alfaro Santafé

Fecha de publicación:
06/02/2018

En 2013 la revista Forbes señaló a Alfaro como “uno de los 17 talentos nacionales a tener en cuenta”.

Sello Editorial:
Alienta Editorial

El podólogo deportivo Victor Alfaro explica todo lo que hay que saber para cuidar el pie para runners y deportistas. Algunos de los temas que aborda son: anatomía del pie, tipos de pies y tipos de pisada, las zapatillas para correr, cómo tratar y prevenir la fascitis plantar, tratamiento y prevención de las metatarsalgias, cómo se hidrata el pie, relación entre la forma de pisar en corredores y las lesiones de espalda o rodillas, relación entre la forma de pisar y la oclusión dental, lesiones de la piel y de las uñas en el pie, plantillas personalizadas y plantillas inteligentes, reflexología podal básica, ejercicios para mejorar la elasticidad del pie, ejercicios para potenciar la musculatura del pie, cómo influye la alimentación y el sobrepeso en los pies.

Contacto de prensa

Nombre: María José Bertrán

Teléfono: 93 492 82 03

Email:
mjbertran@planeta.es

Nombre: Alba Ríos

Teléfono: 93 492 86 58

Email:
arioss@planeta.es

image not found or type unknown



Victor Alfaro Santafé

Victor Alfaro Santafé es un podólogo con un método revolucionario para diseñar plantillas para deportistas, en especial runners, triatletas y futbolistas. Es el fundador y director general de Podoactiva que se ha convertido en todo un referente mundial en el campo de la podología y la biomecánica, aportando soluciones totalmente personalizadas a pacientes de clínica o a deportistas de élite como los jugadores del Real Madrid o la Selección Española de Fútbol.