

EL “PEU D’ATLETA” Document informatiu

Què és?

El “peu d’atleta” és una de les infeccions de la pell més freqüents. La produeixen uns fongs. És més habitual en adolescents i adults, mentre que els nens petits no en solen tenir. Es contrau per contagi, per això cal tenir cura de la higiene i hàbits personals.

Quins símptomes presenta?

El “peu d’atleta” afecta als plecs que hi ha entre els dits dels peus, les plantes, de vegades el dors del peu, i en alguna ocasió pot aparèixer en les ungles. Es poden veure esquerdes als plecs, i sol notar-se una forta olor típica “de peus”.

Com es transmet?

El contagi es produeix per contacte directe amb escames de pell que contenen fongs o pels fongs presents al terra humit de dutxes i piscines públiques, en tovalloles, a la moqueta d’hotel, o fent servir mitjons i sabates d’altres persones.



Dits del peu afectats per fongs

Què fer si apareixen les molèsties?

Davant la sospita d’estar afectat cal consultar al metge, que indicarà el tractament a seguir. És molt important que les persones diabètiques que sospitin haver contret una infecció per fongs al peu vagin a la consulta. El tractament sol ser llarg, i alguns casos costen molt de guarir.

Com prevenir els fongs als peus?

Cal seguir un conjunt de mesures higièniques:

- ✓ Higiene diària i profunda dels peus
- ✓ Evitar la humitat a la pell i eixugar-se bé després de dutxar-se
- ✓ Utilitzar tovalloles seques i no compartir-les amb d’altres persones
- ✓ No utilitzar mitjons ni calçat d’altres persones
- ✓ Canviar de calçat i mitjons tantes vegades com sigui necessari
- ✓ Utilitzar xancles o sabatilles de bany en els vestuaris públics, dutxes o piscines
- ✓ Si els peus suen molt, fer servir calçat transpirable i mitjons de cotó