



**Colegio Oficial de Podólogos del País Vasco**

Plaza Circular, 4, 3º, Dpto. 7  
48001 Bilbao – Bizkaia

**Sr. D. Iñigo Barrenechea**  
**Director Diario Vasco**

Sociedad Vascongada de Publicaciones, S.A.  
Domicilio social en Mikeletegi Pasealekua 1.  
20009 - Donostia-San Sebastián

Bilbao, a 11 de octubre de 2023

Por la presente le traslado mi más profundo disgusto y el de los compañeros y compañeras que, diariamente, ejercen la Podología en Euskadi por el artículo que se referencia a continuación:

- *artículo de fecha 1 de octubre 2023 Sección  
SAN SEBASTIAN autoría D<sup>a</sup> Elena Viñas entrevista a Daniel  
Berasategui página nº 23*

Se trata de un claro y manifiesto apartamiento de la prudencia exigible y atenta contra los planes oficiales de protección de la ciudadanía en materia de pseudociencias – esto es el Plan para la protección de la salud frente a las pseudoterapias que lideran desde el año 2018 el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social y el Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades - creemos que el criterio de un medio de comunicación serio no puede ser dar pábulo a determinados contenidos y opiniones que generan confusión en nuestra ciudadanía de una forma y manera notable. Así, cualquier persona que en calidad de periodista vaya a redactar un artículo o realizar una entrevista (aunque sea cuasi-publicidad encubierta) debe tener encima de la mesa la legislación relativa a la publicidad sanitaria y a los productos y métodos con pretendida finalidad sanitaria (Real Decreto 1907/1996, de 2 de agosto, sobre publicidad y promoción comercial de productos, actividades o servicios con pretendida finalidad sanitaria (BOE de 06/08/1996)) de lo contrario hace un flaco favor al propio medio de comunicación y a nuestra gente.



Creemos que es necesaria una rectificación absoluta del contenido de artículo/entrevista y exigimos un espacio proporcional para poder explicar que son los zapatos de madera, que son los pegotes y que respeto deben de merecer los y las profesionales de la sanidad reconocidos por la ley -por algo será- y que ejercen diariamente la Podología. Le pongo un ejemplo final con una cita que, expresamente, menciona la persona entrevistada, me refiero a la “*reflexología podal*” le remito el enlace y la consideración científica que al respecto tienen los Ministerios competentes en la materia que la persona en cuestión entrevistada, o bien sabe y calla, o ni siquiera tiene conocimiento de la misma que también es, igualmente, muy grave.

[https://conprueba.es/sites/default/files/informes/202210/1086\\_13.2\\_SESCS\\_REFLEXOLOGIA\\_DEF\\_NIPO.pdf](https://conprueba.es/sites/default/files/informes/202210/1086_13.2_SESCS_REFLEXOLOGIA_DEF_NIPO.pdf)

Y me remito a la CONCLUSION FUNDAMENTAL pag nº 73- “Al igual que otras RS previas, este informe no identifica pruebas científicas convincentes para sugerir que la reflexología tiene beneficios para la salud más allá de una respuesta al placebo”.

Abierto aclarar cualquier cuestión que suscite la presente y animándole ante los desafíos a los que nos enfrentamos me despido atentamente y reciba un cordial saludo,



Álvaro Díaz Suarez

Presidente Colegio Oficial de Podólogos del País Vasco



Fecha -Data	9.10.2023
Entrada-Sarrera:	
Salida-Irteera:	212



## Artículo 1. Control sanitario de la publicidad.

1. Las Autoridades sanitarias y demás órganos competentes en cada caso, de acuerdo con el artículo 27 de la Ley General de Sanidad, las disposiciones especiales aplicables en cada caso y lo establecido en este Real Decreto, controlarán la publicidad y promoción comercial de los productos, materiales, sustancias, energías o **métodos que se anuncian o presentan como útiles para el diagnóstico, prevención o tratamiento de enfermedades o desarrollos fisiológicos, adelgazamiento, modificación del estado físico o psicológico, restauración, corrección o modificación de funciones orgánicas u otras pretendidas finalidades sanitarias,** para que se ajusten a criterios de veracidad en lo que atañe a la salud y para limitar todo aquello que pueda constituir un perjuicio para la misma.

2. Los Colegios Profesionales, en el ámbito de sus competencias, podrán participar y colaborar en el cumplimiento de lo establecido en este Real Decreto.

**E**xperto en reprogramación corporal activa, en su consulta trata dolores de espalda que suelen tener origen en pies «atrofiados» por «un mal uso». Trabaja también el resto del cuerpo de modo holístico. Sus años de experiencia le han llevado a crear lo que denomina como 'body reset' (IG: bodyresetonline).

– Hay gente con dolor de espalda o de cervicales y lo último que piensa es que el auténtico problema está en los pies.

– Así es. Las mayores mejoras que he visto en personas que sufrían de dolor de cuello han sido soltando los pies y los tobillos. El cuello pasa de estar encogido a hacer clic y empezarse a mover.

– ¿Así de simple?

– Siempre suelo poner un ejemplo a modo casi de chiste: mete una piedrecita en tu zapato y vete andando hasta el Antiguo. A cada paso que des, notarás cómo el cuerpo se va tensionando.

– Y eso, a la larga, acaba por tener consecuencias...

– Exacto. Si tú no pisas bien, todo el cuerpo va encogido y en tensión. El dolor de cuello puede aparecer a consecuencia de una inflamación en los pies, falta de movilidad, falta de fuerza... Eso se va acumulando con los años. La salud empieza en los pies.

– ¿De verdad?

– En los pies y en la espalda.

– Sin embargo, tenemos los pies olvidados.

– Es muy curioso cómo los pies están encajados dentro del calzado y, si te fijas, encima este tiene forma de cuña, triangular.

– En ocasiones, parecen elementos de tortura.

– Es lo que pasa con los pies de loto de las mujeres chinas. En el resto del mundo ocurre lo mismo a causa de la moda. Lo único que cambia es la medida.

– En occidente, las mujeres calzamos diseños acabados en punta, provistos de tacones, confeccionados en plástico...

– Pero, ¿por qué? ¿Que se consigue con eso? Dicen que el pie de loto es símbolo de belleza, pero tú ves ese pie y no le encuentras la belleza por ningún lado. Atrofian los pies para que las mujeres no se escapen. Es una forma de esclavitud.

– ¿Y podemos liberarnos de ella?

– Basta con caminar veinte minutos al día por el bosque. Ade-



Daniel Berasategi muestra sus pies sanos en la calle Carquizano, ante uno de los espacios en los que trabaja.

## «Cuando andas descalzo en la naturaleza no existe el pie plano ni el cavo»

**Daniel Berasategi** Especialista en equilibrio corporal y creador del método 'body reset'



CIUDADANOS  
ELENA VIÑAS

más del beneficio desde el punto de vista de la biomecánica para la espalda, está la liberación de los radicales libres que permite que el cuerpo se desinflame. A esto se añade la reflexología podal. Cada paso que des descalza estimula tu hígado, el estómago, los intestinos...

– Habrá que hacer la prueba.

– En Donostia tenemos la suerte de contar con monte y playa. Es

más fácil caminar descalzo. Cuando andas descalzo en la naturaleza, no existe el pie plano ni el cavo. El arco del pie es como un amortiguador, una bóveda que tiene que ser móvil. A quienes tienen pie cavo les ponen un plantilla en forma de pegote de goma que les bloquea aún más y provoca dolores de rodilla, cadera, lumbares, cuello... Con el pie plano hacen lo mismo, ponen otro

pegote y este no trabaja. Esos pe-tachos acaban convirtiendo los pies en débiles y tontos.

– O sea, que inventamos un mito.

– Sí, como el del juanete hereditario. Hay quien cree que si su abuela tuvo juanetes, también los va a tener.

– ¿Y es así?

– Es cierto que por genética tendemos a repetir los patrones de la familia y, a lo mejor, tenemos

«Algunos zapatos nos acaban atrofiando. Pasaría lo mismo si le pusiéramos un guante de madera a una mano»

que trabajar lo que no hicieron nuestros antepasados. Sin embargo, primero hay que fijarse en qué calzado utilizaba la abuela. Algunos zapatos nos acaban atrofiando. Pasaría lo mismo si le pusiéramos un guante de madera a una mano.

– Perdería la movilidad.

– Con la diferencia de que si ahora no puedes mover un dedo de la mano, enseguida vas al médico. Con los pies no ocurre lo mismo.

– Viendo todo lo que hacemos mal con nuestros pies, ¿tenemos esperanza de sanarlos?

– Sí. Yo lo he vivido personalmente. Tenía pies planos y las rodillas hacia adentro. También usé plantillas. A base de estudiar, me di cuenta de que tenía que sacar la fuerza del dedo gordo, activar el arco del pie, elevar glúteos... En mi trabajo suelo hacer una valoración postural completa para ver los puntos de mayor bloqueo del cuerpo.

– ¿Y cuáles son?

– Pies, pelvis y diafragma, pero es con los pies donde he visto los cambios más grandes. A veces basta con un masaje con una pelotita.

– Lo bueno, por lo que cuenta, es que estos problemas tienen solución y sin necesidad de recurrir a la cirugía.

– Sí, es cuestión de trabajar, invirtiendo tiempo, hasta que un hábito se automatiza. El problema es que estamos agarrotados.

– ¿Qué calzado podemos usar para evitarlo?

– El minimalista. Es como un guante que respeta la forma del pie, con la parte delantera más ancha. El cambio es muy grande porque nos han hecho creer otro falso mito, el de que necesitamos algo de tacón. Sin embargo, el peso se debe repartir al 50% en la parte delantera y en la trase- ra. Marcas potentes como Nike y Reebok están sacando ya modelos con forma de pie. La suela es más fina y permite hacer todos los movimientos.