

# CALLOSIDADES

Las callosidades son zonas de piel muerta que aparecen en el pie debido a roces o presiones desmesuradas en puntos muy concretos.

Hay dos tipos:

## Durezas

Cuando la muerte celular del pie es extensa.

## Callos

Cuando la zona afectada es limitada, profunda y concéntrica.

¿Qué hacer y qué no hacer en su tratamiento?

**SÍ**



Aplicar crema hidratante



Utilizar un calzado ancho y cómodo



Acudir al podólogo

**NO**



Caminar descalzo



Utilizar limas para eliminar los callos



Cortar las callosidades con tijeras