

## 8.5 FASCITE PLANTAR

---



Como descrito, a fáscia plantar é uma estrutura laminar que se origina no calcânhar e recobre a superfície plantar do pé (fig. ao lado). Ela serve de inserção ao coxim plantar, redistribui forças e funciona como amortecedor por meio de movimentos de alongamentos e encurtamentos, conforme os passos.

Este movimento repetitivo pode causar modificações na fáscia representada por microrroturas e, depois degeneração, inflamação – **fascite** - e dor.

Classicamente, a fascite é mais frequente na origem da fáscia, no calcâneo, onde dá dor local. É mais frequente na mulher de meia idade

e nos indivíduos mais jovens pode estar associada a esportes como que envolvem correr e saltar. No homem adulto pode estar associada a hiperuricemia.

A sintomatologia típica é dor na face medial-plantar do calcânhar que é pior de manhã ao sair da cama ou após períodos de repouso. Após os primeiros passos a dor melhora mas, depois, com a atividade, ela reaparece. Esta condição é que o leigo chama de “esporão do calcâneo” pois, na radiografia, muitas vezes, há ossificação na origem da fáscia. Entretanto, este achado é casual e não é o esporão que causa a sintomatologia, mas o processo inflamatório.

O tratamento é fundamentalmente conservador com banhos de imersão na água quente, uso de calcanheiras de silicone, aplicação de ultrassom terapêutico e alongamentos. O uso de anti-inflamatórios deve ser feito por períodos curtos. Mesmo com tratamento a sintomatologia pode permanecer e só vai diminuindo com o tempo. Raramente há indicação cirúrgica de tratamento.