

## FASCITE PLANTARE

La fascite plantare è un quadro caratterizzato dall'apparizione di un insidioso dolore calcaneare a livello dell'inserzione della fascia plantare responsabile del mantenimento dell'arco plantare.

Si osserva con maggiore incidenza in pazienti maschi con un'età compresa tra i 40 e i 60 anni. L'infiammazione può essere associata ad una caratteristica spina calcaneare cioè ad una escrescenza ossea speroniforme, ben visibile radiograficamente, che si estende verso le dita del piede a partire dal processo mediale di uno o ambedue i calcagni.

Il dolore dipende da una reazione infiammatoria della fascia che successivamente va incontro ad una reazione degenerativa.

Le cause che portano all'infiammazione della fascia sono molteplici; tra queste troviamo:

- eccessiva sollecitazione es. da intensa attività sportiva;
- morfotipo del piede (cavo o piatto) o cattiva postura che mantiene in tensione i muscoli della fascia;
- ripetuti microtraumi;
- micro lacerazioni;
- microaderenze attorno alla fascia plantare;
- periostite;
- utilizzo di calzature inadeguate;

I sintomi da fascite plantare presentano un caratteristico dolore al tallone e alla pianta del piede. Questo fastidio si avverte maggiormente al risveglio quando la fascia plantare è ancora "fredda", si attenua nella giornata persistendo però in tutte quelle attività in cui il paziente svolge attività in posizione eretta. Il dolore è nullo o minimo quando il piede è in posizione di riposo, non sollecitato dall'azione del passo e dal peso corporeo.

All'esame obiettivo la patologia si manifesta con un dolore che viene evocato alla palpazione mediale del calcagno. Clinicamente il paziente riferisce una tallodinia plantare postero-mediale accompagnata nei casi più gravi da una carenza funzionale, soprattutto nelle fasi acute.

La terapia oltre al riposo la fascite plantare può essere trattata con metodi conservativi quali la fisiochinesiterapia, dispositivi ortesici (plantari su misura), terapie infiltrative o l'impiego di farmaci antiinfiammatori. Nel caso in cui il dolore persista è necessario ricorrere all'intervento chirurgico che può essere realizzato con la tecnica percutanea mininvasiva. In anestesia loco regionale si esegue la fasciotomia ossia il taglio della fascia plantare che si detende diminuendo il dolore a livello plantare.

