

Fascite plantar - de atletas a amantes de salto

A fasciíte plantar também é conhecida como fibromatose da fáscia plantar ou como síndrome do Esporão do Calcâneo é um distúrbio doloroso comum que afeta o calcanhar e a planta do pé, decorrente de uma inflamação da fáscia plantar. A fáscia

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

A fasciíte plantar também é conhecida como fibromatose da fáscia plantar ou como síndrome do Esporão do Calcâneo é um distúrbio doloroso comum que afeta o calcanhar e a planta do pé, decorrente de uma inflamação da fáscia plantar. A fáscia plantar é um tecido que começa no calcanhar e se estende pela planta do pé, servindo de amortecedor e também de sustentação ao arco plantar, aquela "curva" na sola do pé que, ao pisar, não toca no chão. Apesar de ser uma doença muito comum que afeta sedentários, usuários de calçados com salto alto e até mesmo atletas, não há estudos sobre o número de pessoas que são acometidas por essa patologia. A fascite plantar possui as seguintes causas: Trauma repentino, como o provocado pelo início ou intensificação de uma atividade física de alto impacto; Desgaste ao longo dos anos, decorrente, seja da má postura ao caminhar ou da obesidade; O uso de sapatos pouco confortáveis, como os de salto alto; Ganho de peso repentino; Alta carga ou intensidade de exercícios físicos. Desse modo, tendo em vista que a fascite é uma doença comum, podendo-se até ser confundida com algum desconforto esporádico, o diagnóstico médico é de suma importância. O diagnóstico não é direto, uma vez que exames de imagens não conseguem detectar a fascite plantar e podem ser empregados para

descartar outras doenças. Sendo o paciente diagnosticado com fascite, os médicos entram com terapias para aliviar a dor, com a prescrição de analgésicos, anti-inflamatórios, acupuntura e até mesmo de exercícios de alongamento antes de levantar da cama, porém em caso extremos, prescreve-se o uso de uma órtese noturna. Em casos extremos, são necessárias infiltrações de glicocorticoides na região da fáscia, porém, tal medida é adotada com muita cautela, face as complicações desse procedimento, como a ruptura da fáscia. As opções cirúrgicas para liberação da fáscia plantar são reservadas para pacientes que não responderam a nenhum tipo de tratamento, entretanto, o pós-operatório, é demorado, dura meses e sem qualquer garantia. De modo geral, a fascite plantar é uma doença muito comum, de difícil diagnóstico e em alguns casos de tratamento muito oneroso. De modo, que a prevenção ainda é o melhor remédio, como o uso de sapatos confortáveis, algo que todo mundo deveria fazer, bem como tomar cuidado com a intensidade de exercícios físicos e sempre acompanhado de profissionais especializados. Referência: Guimarães, K. Fascite plantar, a intensa dor no calcanhar que afeta de sedentários a atletas e amantes do salto alto. BBC News [Internet] Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/geral-41395634>. Acesso em 20/11/2018. Alerta submetido em 20/11/2008 e aceito em 20/11/2018.

Caderno de Ciência e Tecnologia

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/fascite-plantar-de-atletas-a-amantes-de-salto · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line.
Reprodução permitida mediante citação da fonte.