

PIEDE PIATTO

Prendiamo in considerazione alcuni dei significati che la forma dei piedi possono assumere in relazione agli atteggiamenti posturali e loro manifestazioni patologiche. È comune incontrare persone alle quali è diagnosticato un piede piatto o cavo, in queste situazioni la podologia e l'ortopedia classica abusano nell'uso di plantari. Sovente hanno dei costi esorbitanti, che sono giustificati dall'alta tecnologia utilizzata dalla diagnostica, fatta di luci e colori per abbagliare l'ignaro paziente. Il costo si rivela comunque eccessivo in quanto, nella maggioranza dei casi, il problema dolore non è affatto risolto. Prova ne è che molti pazienti, dopo essersi rivolti ai centri specializzati, si presentano a noi con sacchetti pieni di plantari che evidentemente non hanno dato risultati apprezzabili.

Nei suddetti centri specializzati s'invita il paziente a camminare su un tapis roulant con quattro sensori per centimetro quadrato, gli input sono inviati ad un computer che registra la pressione esercitata dai piedi durante la deambulazione. Ottima tecnologia, sicuramente valida per la valutazione della camminata, della corsa, dello stacco per il salto in campo atletico. La pressione è interpretata termograficamente: sul monitor appaiono zone rosse o arancione, comunque colori caldi, nelle aree di maggior pressione e zone blu, verdi, grigie o colori neutri per le aree di minor carico. Nell'immediatezza si può valutare il tipo di deambulazione attraverso le immagini del monitor e ragionare sul risultato stampato.

Eccellente metodo diagnostico finché viene applicato nell'ambito dell'atletica e del movimento, quando però l'uso di questa tecnologia viene ridotta, all'ottenimento di un plantare, si è persa di vista la totalità dell'individuo. Tutt'ora, in alcuni studi si usa una vaschetta contenente del materiale adatto a produrre un calco della pianta dei piedi. Certo che i materiali sono cambiati nel tempo, dal calco di gesso si è giunti al silicone, alla fine però si approda allo stesso risultato: la produzione di un

plantare. Anche i materiali con cui si producono i plantari sono cambiati con il passare degli anni, dal rigido plantare di ferro rivestito di cuoio di ieri, si è giunti oggi alle moderne solette leggere, rigide, semirigide, di plastica, di silicone, ad aria, traspiranti, molleggiate e chi più ne ha più ne metta... nelle scarpe.

Quando una persona cammina su un *tapis roulant* si analizza un video: una soletta invece, nonostante tutta la tecnologia impiegata nel produrla, alla fine rappresenterà solo un fotogramma di tutta la pellicola. Se ho una statua instabile e la piazzo su una vaschetta di gesso, ritaglio i contorni dell'orma dei piedi avrò ottenuto la stabilità della statua, noi però non siamo statue, ma persone vive, dinamiche e con delle emozioni.

Ricordo che ogni piede è costituito da ventisei ossa che si muovono per mezzo di trentadue articolazioni, di cui almeno tredici considerate le fondamentali. I nostri vissuti emozionali li somatizziamo anche a livello osteoarticolare e per effetto della forza di gravità saranno scaricati sui piedi. L'uso del plantare può essere giustificato per quei lavoratori costretti a lavorare in piedi in spazi ristretti: barman, parrucchieri, commesse.

Naturalmente ci sono anche casi in cui il plantare è fondamentale e risolutivo, ma sono casi davvero rari in proporzione alle patologie per cui è prodotto.

Un piede può essere cavo o piatto, patologicamente o morfologicamente. Il termine patologico l'associamo a quelle situazioni in cui i movimenti fisiologici del piede sono limitati e provocano dolore o limitazione funzionale rilevante. Casi comunque estremamente rari, infatti sono una moltitudine le persone che pur avendo un piede che viene definito piatto o cavo, assolvono ai loro compiti quotidiani normalmente.

A volte mi capita di visitare un bambino al quale, durante la visita scolastica è stato diagnosticato un piede piatto. Le prime domande che rivolgo sono: "Ti fanno male i piedi?" "Ti limitano nelle azioni quotidiane?" La risposta è spesso negativa. "Puoi correre? Puoi salire e scendere le scale normalmente?" La risposta solitamente è

affermativa, ecco, questi sono i piedi che considereremo morfologicamente piatti. È evidente che il piede è piatto, non abbiamo alcuna necessità di fare una radiografia per dimostrarlo, ma è il suo piede ed è funzionale alla sua struttura. Questo tipo di piedi si riscontra più facilmente in quei bambini e adulti, purtroppo in aumento, che tendono ad essere in sovrappeso. Nel trattamento di piedi piatti in cui è presente anche un'evidente pronazione, con la sporgenza del primo cuneiforme o dello scafoide, agiremo in modo da tonificare i muscoli mediali del piede e disperdere quelli esterni; suggeriremo in questi casi un plantare di sostegno alla nostra azione. Qualora si ricorresse a uno dei più moderni e sofisticati interventi chirurgici, verrà inserito un dispositivo a espansione tra lo scafoide ed il muscolo flessore del primo dito, in questo modo è stata fortunatamente superata la vecchia procedura chirurgica che accorciava tendini e muscoli. Spesso purtroppo si presentano i plantari e gli interventi chirurgici come miracolosi, con la garanzia che i problemi della schiena e quelli viscerali saranno risolti.

Poiché la forza di gravità va dall'alto verso il basso e non viceversa ogni alterazione della struttura del piede si ripercuoterà anche sulla colonna, passando attraverso l'ammortizzazione di tutte le articolazioni interessate: tibioastraglica, ginocchio, coxofemorale, intervertebrali. È più facile quindi ottenere una modifica della postura e della colonna e di conseguenza anche del piede, agendo sulla masticazione attraverso un buon intervento di ortodonzia che tenga conto delle moderne conoscenze, anziché con un plantare.

I piedi morfologicamente piatti ci riportano a persone tendenzialmente immobili, stagnanti. Se ai cavi mancano le vie di mezzo, i piatti sembrano avere solo le mezze misure, sono soggetti quindi che non gioiscono né soffrono in maniera esagerata: sono un'unica mezza misura. Quando li descrivo penso a uno specchio rotto in cento pezzi: in ogni pezzo c'è una parte di essi, ma la persona intera non è in nessuno dei pezzi, hanno difficoltà a dir di no, sono sempre disponibili: "Si fanno in cento per gli altri!". Spesso il loro altruismo è un modo di sfuggire a sé stessi, una fuga dalle proprie responsabilità; diventa più facile fare qualcosa per gli altri che impe-

gnarsi per sé stessi. Non hanno mai tempo per sé e la tendenza è quella di centrifugarsi continuamente.

Da un punto di vista energetico sono soggetti *taiyin*, terra, ma terra in vuoto. La terra rappresenta il centro, il giallo, loro sono come la terra che sta franando, incontenibile. In queste persone è utile tonificare il movimento legno di cui sono carenti. Gli alberi con le loro radici evitano frane e smottamenti, il Movimento Legno per antonomasia è movimento, l'energia cosmica è il vento che spazza via l'umidità, energia cosmica del Movimento Terra. Altra alterazione comune relativa a una sporgenza ossea, che può creare delle complicanze con certi tipi di calzature, è quella laterale del primo cuneiforme o dello scafoide, dovuta al cedimento dell'arco plantare longitudinale, tipica di soggetti dal piede piatto/prono.

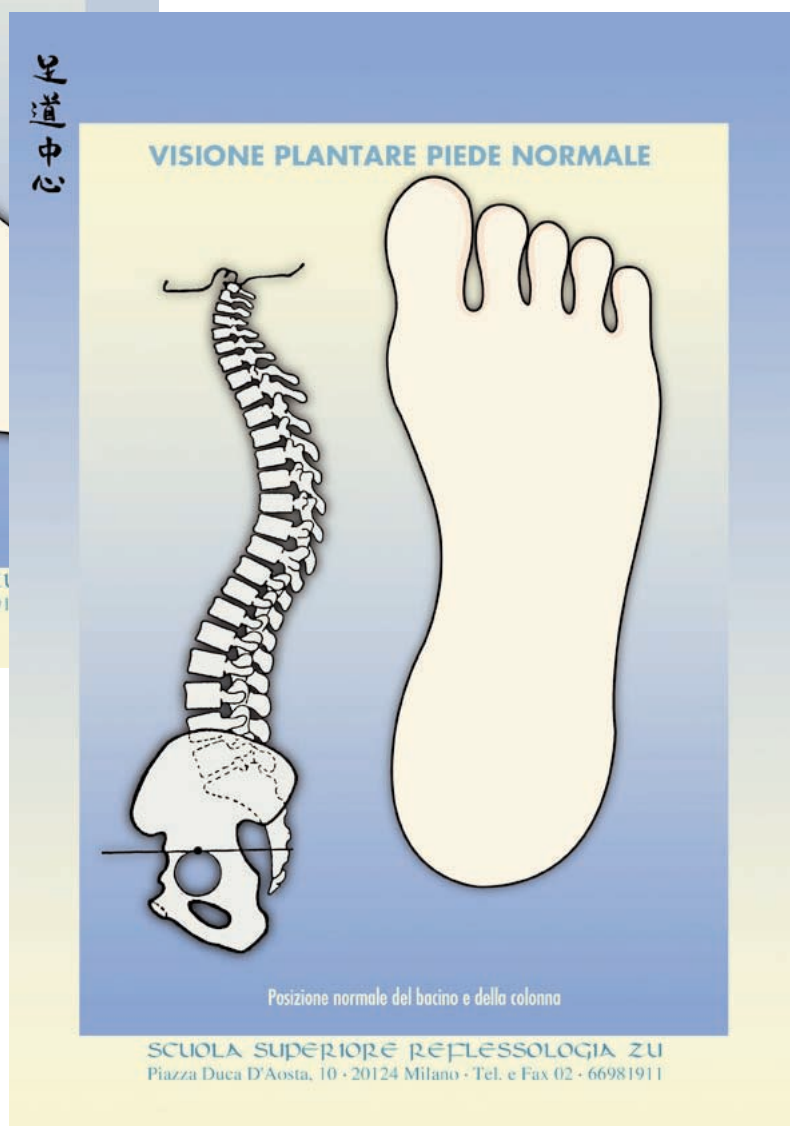
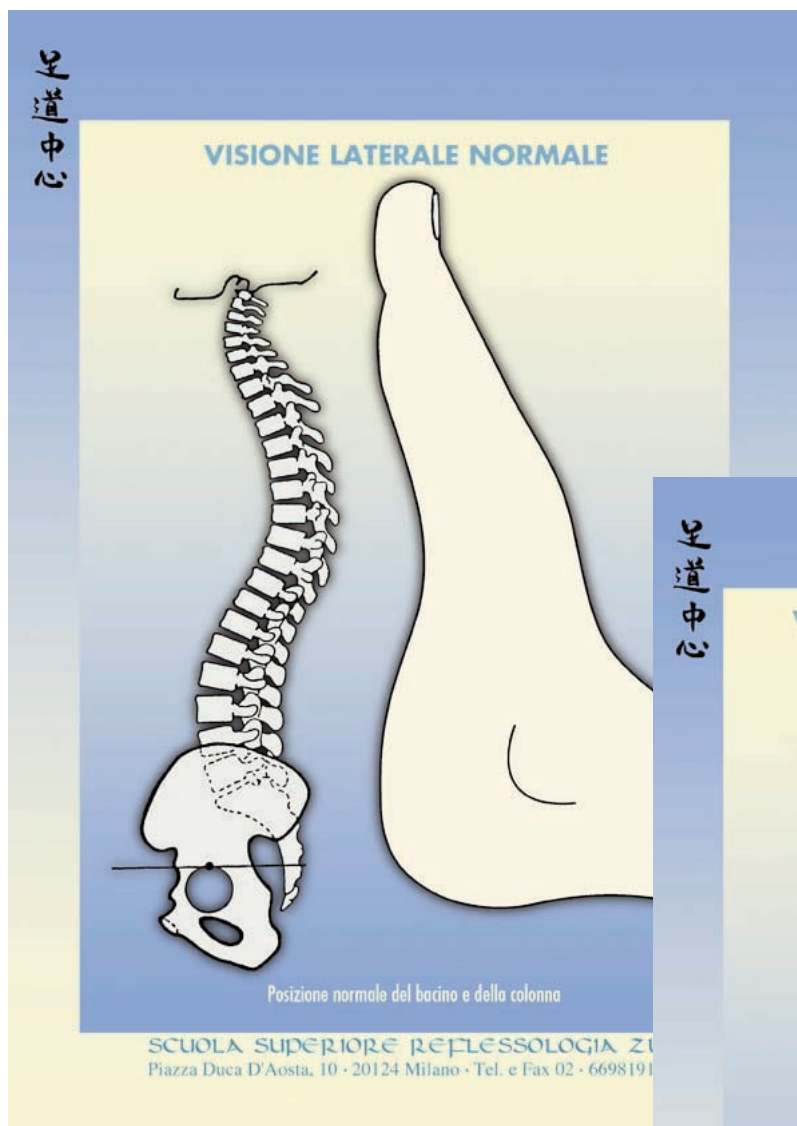
I disegni illustrano chiaramente come la forma del piede dipenda dalla struttura della colonna vertebrale, sia nella visione laterale che nella visione plantare. Il bacino, basculandosi antero-superiormente o postero-inferiormente, genera l'accentuazione o l'appiattimento delle curve cifotiche o lordotiche, determinando un piede cavo o piatto.

Lao Zu Baldassarre

Seguono immagini

PIEDE NORMALE

visione laterale e plantare



PIEDE PIATTO *visione laterale e plantare*

