

# Rosanna Lambertucci

*Ha intervistato*

## **Il dott. ANDREA BIANCHI**

*Chirurgo ortopedico Traumatologo*

**Oggi un'indagine statistica risulta che circa il 40% degli uomini e il 70% delle donne ha problemi ai piedi per motivi legati la lavoro, allo stile di vita o a certi tipi di calzature oggi alla moda: tacchi alti, punte strette...**

Il piede è ammortizzatore della macchina uomo ed è una struttura molto complessa dotato di stabilità, flessibilità, solidità, in cui alcune componenti (ossa) lavorano sotto pressione ed altre (legamenti e muscoli) in trazione. I piedi ci devono sostenere tutta la vita! Pensate che nell'arco della nostra vita percorriamo in media circa 160.000 Km (quattro volte il giro della terra! Leonardo definì il piede un capolavoro di ingegneria. E, in effetti, è una struttura complessa...formata da 26 ossa, 19 muscoli, 33 articolazioni e 107 legamenti ed è anche robusta: in grado di sopportare un impatto pari a 2 milioni e mezzo di chili al giorno.

### **Qual è l'esame che ognuno di noi deve fare per capire se i piedi stanno bene?**

Ogni individuo camminando appoggia il piede in maniera differente l'esame più semplice da fare per vedere se camminiamo in modo corretto con un semplice esame podoscopico osserviamo la superficie plantare mettendo in evidenza i punti di maggiore pressione o minor carico. Lo studio dell'appoggio plantare viene fatto abitualmente con una valutazione morfologica dell'impronta. Il podoscopio elettronico è uno strumento che permette l'acquisizione dell'immagine e delle misure del piede in automatico, e ci consente di osservare la superficie plantare mettendo in evidenza i punti di maggiore pressione o minor carico.

### **Anche i piedi sono legati al nostro cuore?**

Si possiamo dire che a piedi, il sangue cammina fino al cuore, il motore di quella straordinaria macchina che è il corpo umano...e' la seconda pompa cardiaca; una buona circolazione è strettamente legata un perfetto funzionamento delle estremità inferiori, in quanto pompano il sangue verso l'alto, in direzione del muscolo cardiaco.

### **Il nostro piede soffre quando noi donne indossiamo scarpe alte?**

Purtroppo le scarpe sono molto belle e spesso sono un'arma di seduzione, ma i nostri piedi soffrono molto in questi tipo di calzature. La scarpa ideale per le donne deve avere forma calzante e non comprimere il piede; il tacco non deve superare 4/5 cm, deve avvolgere il piede, tenere al sicuro calcagno metatarso, il pellame deve essere morbido; piu' salutare quella degli uomini che quelle da donna. Anche se va detto che anche le scarpe da ginnastica che sembrano a tutti comode a lungo andare danno dei problemi perché non solo non permette una buona traspirazione, ma l'utilizzo di calzettoni crea una sorta di tenuta stagna, l'incremento di calore aiuta a proliferare batteriche infezioni; favorisce unghia incarnita, (molto diffusa tra gli uomini) Spesso utilizzare calzature così per lungo tempo può portare a dei problemi seri che riguardano non solo la postura ma anche , metarsalgia, cioè dolore sotto il piede, dita a martello e problematica molto più diffusa l'alluce valgo.

**Dott. Bianchi lei per intervenire chirurgicamente sull'alluce valgo usa una tecnica cosiddetta mini-invasiva.....di cosa si tratta?**

L'alluce valgo è una deformità del "ditone" del piede e in particolare del metatarso, l'osso lungo che precede le falangi, cioè le ossa che formano lo scheletro delle dita dei piedi. La comparsa del disturbo è subdola, perché è caratterizzata da un dolore intenso, che può attenuarsi per poi ripresentarsi in seguito, mentre la deformità del dito si manifesta soltanto in una fase avanzata della malattia.

### **TECNICA PERCUTANEA**

Si tratta di una tecnica percutanea per il piede iniziata 10 anni fa in America importata da me in Italia nel 1999. Con questa tecnica si è passati come in tutti i campi della chirurgia si è passati anche per il piede dalle ampie esposizioni (grandi tagli) alla cosiddetta mini-invasività (piccoli fori di solito 3) e maggior rispetto delle strutture anatomiche che ci permettono di aggredire la struttura ossea senza grandi aperture con particolari tecnologie anestesilogiche locali. Questo permette al paziente di essere trattato in day hospital, di ridurgli lo stress chirurgico, meno dolore, e si accorciano notevolmente i tempi di recupero. Dal 1999 ad oggi abbiamo operato circa novemila persone con risultati soddisfacenti e pazienti soddisfatti. Regola fondamentale è che va operato solo soltanto il piede doloroso e non l'inetetismo del piede.