**OCCHIO AL PIEDE!**

Spesse volte si sottovaluta l’importanza del piede nel contesto posturale globale, quando invece risulta essere un elemento cardine del sistema dell’equilibrio e della propriocezione. Quante volte “stranamente” sentiamo parlare di lombalgie croniche o di condizioni algiche alla schiena che sono insorte in maniera subdola, senza una causa apparente?

Torniamo indietro nella nostra storia clinica... quante distorsioni alle caviglie, ginocchio e traumi al piede ci sono capitati! Quante calzature scomode o movimenti errati ripetuti nel tempo. Ebbene, magari è proprio lì che risiede la causa.

Il piede risulta un organo fondamentale nella dissipazione del carico gravitario giornaliero e nel mantenimento di un equilibrio per noi ottimale. La fascia plantare è dotata di numerosi neuroni sensitivi specifici, i quali inviano feed back al sistema nervoso centrale ogni qual volta che il nostro piede impatta col suolo. Possiamo considerare quindi i nostri piedi come una mappa dinamica che interagisce, sempre tramite il sistema nervoso centrale, con i sistemi oculare, vestibolare, propriocettivo e stomatognatico.

Una riduzione della sensibilità della fascia plantare o condizioni di alterazione morfo-strutturale del piede (piede piatto, cavo, dita a martello, alluce valgo) o un diminuito grado di movimento dell articolazioni dell’arto inferiore; possono concorrere a severe modificazioni nell’assetto posturale globale, danneggiando altre parti del corpo che devono adattare a queste condizioni pregresse.

L’osteopatia mira ad aiutare il corpo a ritrovare quella situazione di equilibrio ottimale non doloroso che è stata persa, cercando anche nella più piccola articolazione del piede uno schema disfunzionale che ha causato la condizione dolorosa.