



O que é?

O termo "pé chato", no meio médico, também é conhecido como pé plano; entretanto a denominação mais correta é pé planoalgo flexível. É uma situação caracterizada pela diminuição do arco longitudinal medial do pé (elevação plantar do pé), ou seja, o lado medial (interno) do pé toca ou está próximo deste.

Esta condição acomete a maioria das crianças até os 3 ou 4 anos de idade, quando começa a ocorrer a absorção desta gordura e o desenvolvimento do arco do pé.

O que se sente? O pé chato, na maioria das vezes, não gera dor alguma, e portanto a criança não apresenta queixas. Quando ocorre dor, via de regra, esta é difusa, sem uma localização específica. A melhor prova de que o pé chato é quase sempre assintomático é o grande número de adultos com pé chato desde a infância e que muitas vezes nem se dão conta.

Quando o pé chato merece atenção?

Há três situações em que devemos estar atentos: Pé chato doloroso: sempre que a criança queixar-se de dor importante devemos procurar atendimento. Pé chato grave: uma criança com uma deformidade muito acentuada deve ser avaliada. Pé chato que se desenvolve a partir dos 8 ou 9 anos de idade: algumas crianças com pés levemente chatos ou pés normais começam a desenvolver, a partir de 8 ou 9 anos, um pé gravemente chato, esta situação é conhecida por Coalisão Tarsal (fusão de dois ossos do pé) e deve ser avaliada.

Como se trata? A maioria dos casos de pé chato não exige tratamento. Para uma criança de 3 ou 4 anos, devemos estimulá-la a caminhar descalça na areia ou na grama para desenvolver a musculatura do pé e a conseqüente formação do arco.

O uso de sapatos ortopédicos corretivos não se mostrou efetivo na correção das deformidades e hoje está praticamente abandonado. Nos pés planos graves, dolorosos ou naqueles de início tardio, a investigação deve ser cuidadosa e o tratamento cirúrgico deve ser considerado.

Pode o adulto desenvolver pé chato? Sim. O adulto com pé normal ou levemente chato pode desenvolver ou agravar o pé chato. Isto geralmente ocorre entre os 40 e 50 anos de idade, principalmente em mulheres acima do peso, que notam a mudança progressiva da forma do pé. A hipertensão e o diabetes aumentam a chance deste tipo de pé chato. Esta situação exige tratamento, pois é progressiva e dolorosa.