



## PIED PLAT RÉEL

Il se définit par une concavité exagérée des arches longitudinales internes et externes qui a pour effet de diminuer la surface de contact du pied par rapport au sol. Il se caractérise également par une dénivellation de l'arrière-pied par rapport à l'avant-pied. Ce déséquilibre crée une surcharge sous l'avant-pied, ce qui augmente le risque de déformation et de callosité.

### SOLUTIONS ORTHÉTIQUES

#### Orthèse plantaire



Le port d'une orthèse plantaire est nécessaire pour rééquilibrer la biomécanique du corps. Une bonne évaluation est de mise pour vérifier l'alignement du pied.

Il est essentiel d'appareiller le patient ayant un pied plat réel afin de soutenir l'arche longitudinale interne. Dans certains cas, nous devons soutenir l'arche transverse pour augmenter la stabilité du pied. Un biseau médial peut s'avérer utile pour corriger la pronation de l'avant-pied.

#### Chaussure



Une chaussure stable incluant un long contrefort interne et un renfort au talon est nécessaire pour maintenir l'arche plantaire et le complexe de la cheville. Une chaussure lacée est préférable pour avoir un contrôle et un ajustement maximal.

### FACTEURS POUVANT CAUSER UN PIED PLAT RÉEL

- Héritaire
- Traumatique
- Postopératoire
- Hyperlaxité ligamentaire
- Hypotonie plantaire

### SYMPTÔMES

- Saillie de la malléole interne et du naviculaire
- Écrasement et allongement de l'arche interne
- Déplacement du centre de gravité vers le côté interne du pied