



**DR. TIAGO DOYLE**

ORTOPEDIA

CIRURGIA DO PÉ E TORNOZELO MINIMAMENTE INVASIVA

A fascite plantar é uma inflamação da fascia plantar. Uma estrutura semelhante a uma fita, que envolve a musculatura da sola do pé. Causada por uso excessivo, como ficar muito tempo de pé ou caminhadas e corridas além do habitual.

### Exames

#### complementares:

Normalmente não são necessários.

Mas pode ser realizada ultrassonografia ou ressonância magnética.

#### Diagnóstico:

Dor e queimação embaixo do calcanhar, principalmente ao acordar ou em início dos movimentos.

Semelhante a uma pontada no calcanhar.

#### Tratamento conservador:

- Analgesia
- Alongamento
- Fortalecimento de panturrilha e musculatura do pé
- Liberação miofascial
- Crioterapia
- Uso de calcanheira
- Evitar calçados baixos



**DR. TIAGO DOYLE**

ORTOPEDIA

CIRURGIA DO PÉ E TORNOZELO MINIMAMENTE INVASIVA

21 2491.0447

Av. Nuta James, 65 - loja E

Barra da Tijuca - Rio de Janeiro - RJ

[www.drtiagodoyle.com](http://www.drtiagodoyle.com)

**Dr. Tiago Doyle**

Ortopedista CRM 52.84446-2

[doyleortopedia@hotmail.com](mailto:doyleortopedia@hotmail.com)

[@drtiago\\_ortopedia](https://www.instagram.com/drtiago_ortopedia)