

Il piede è l'organo che consente di spostarci autonomamente e che fa da interfaccia tra il nostro corpo e il suolo su cui appoggiamo.

E' composto da 26 ossa numerosi muscoli e complesse articolazioni.

Si divide in tre segmenti **AVAMPIEDE** (ossa metatarsali e falangi) **MESOPIEDE** (scafoide ,cuneiformi e i tre cuboidei) e **RETROPIEDE** (calcagno e astragalo).

Negli ultimi anni , grazie a strumentazioni che consentono di verificare il movimento , si è sempre dato più importanza a come un piede funziona rispetto alla sua morfologia

.Rimangono comunque nella terminologia comune le tre categorie con cui si definisce nella forma :

**PIEDE NORMALE** (il cui itzmo cioè la parte intermedia che unisce il tallone all'avampiede ,di circa la metà del tallone e di un terzo dell'avampiede facendolo appoggiare al terreno)

**PIEDE CAVO** il cui Itzmo è pressochè assente e **PIEDE PIATTO** il cui Itzmo è superiore durante l'appoggio monopodalico al terreno all'impronta del tallone e in talune situazione dell'AVAMPIEDE.

Dinamicamente un piede appoggia al terreno con il tallone , che assorbe le forze verticali di impatto , trasferisce il carico con la parte intermedia per poi spingere con l'avampiede .

Il momento in cui un piede spinge e l'altro impatta durante le fasi della deambulazione è chiamato DOPPIO APPOGGIO. Generalmente un piede rimane sull'esterno (SUPINAZIONE)

durante la fase iniziale d'impatto e di trasferimento dei carichi per poi portarsi verso l'interno (pronazione) durante la fase di spinta.

L'articolazione che regola questo movimento interno-esterno (o di PRONO -SUPINAZIONE) è chiamata sottoastragalica calcagno cuboidea.

Nei termini anglossassoni, ad oggi più usato questa articolazione è chiamata **SUBTALAR NEUTRAL JOINT**

.Con i termini anglossassoni *subtalar neutral* si indica la posizione del piede in cui le

articolazioni sottoastragalica, astronavicolare, e calcaneocuboidea presentano i normali rapporti anatomici.

In tale posizione la biomeccanica del piede durante il passo è corretta.

Si ottiene la posizione indicata con i termini "**SUBTALAR NEUTRAL**" palpando l'articolazione astragaloscafoidea e centrando lo scafoide tarsale sull'astragalo.

Una volta centrata tale articolazione (posizione neutra), si può valutare l'asse statico del retropiede e dell'avampiede.

La manovra di neutralizzazione della sottoastragalica e astragaloscafoidea si può eseguire a paziente in ortostatismo o, più comunemente in posizione prona,

con la superficie posteriore del calcagno allineata sul piano frontale del corpo. Se il paziente è

prono la posizione neutra è individuata palpando con il pollice e l'indice

l'articolazione astronavicolare e muovendo il piede e quindi l'articolazione con l'altra mano (la seconda mano afferra il piede a livello del 4° 5° metatarso).

Alcune tecniche per posizionare in neutro il complesso sottoastragalico prevedono la dorsiflessione del piede.

L'avampiede deve essere mosso con precisione ,in modo da individuarne la reale posizione rispetto alla sottoastragalica in posizione neutra.