

# VOÛTE PLANTAIRE

Pied constitué de **3 arches** formées par les os du tarse et métatarses, renforcées par les muscles et ligaments. Ces 3 arches forment la **voûte plantaire**= creux, surtout visible en décharge et bcp moins quand le pied est en charge.

**3 points d'appui** reliés par les arches et formant l'**empreinte plantaire**: 1) calcanéum, 2) tête du 1er mét., 3) tête du 5e mét.

**3/6** du poids du corps s'appuie sur le talon post. **2/6** sur 1er mét. et **1/6** sur le 5e mét.

**Arche antérieure**: entre les 2 points d'appui ant. (tête des 1er et 5e méta)

**Arches latérale et médiale**: entre les points d'appuis interne et externes.

Voûte plantaire +/- marquée. Si les muscles du pied sont déficients => affaissement de la voûte = **pied plat**.

**Arche interne = 5 os**: 1er métatarsien (M1), cunéiforme médial, naviculaire et ligament calcan. navic. plant. (=clef de voûte), talus (transmet la force exercée par la jambe sur la voûte), calcanéus (repose sur les tubercules postéro-latéral et postéro-médial).

Disposition des travées osseuses reflète la transmission des forces.

Arche interne conserve sa concavité grâce aux lig et muscles :

1. **Ligt plantaires** : calcaneo-naviculaire plantaire et interosseux de l'articulation sous taliennne.

2. Tendon du **tibial post** = **corde partielle**. Rôle+++ : ramène le naviculaire en bas et ar sous la tête du talus (abaissement de l'arc boutant ant.).

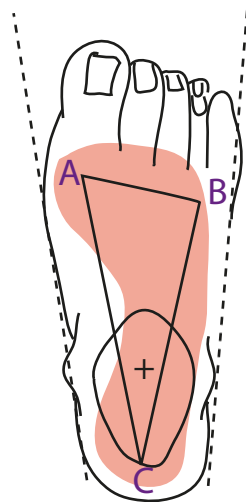
3. **Tendon du long fibulaire** = flexion de M1 sur cunéiforme médial et cunéiforme sur naviculaire

4. **Tendon du long fléchisseur de l'hallux** = corde subtotale+ rôle de stabilisateur du talus et de calcanéum : s'oppose au recul du talus sous la poussée du naviculaire. Le talus est ramené en avant comme le corde d'un arc pousse un flèche. En passant sous le sustent. tali, il relève l'extrémité ant. du calcanéus.

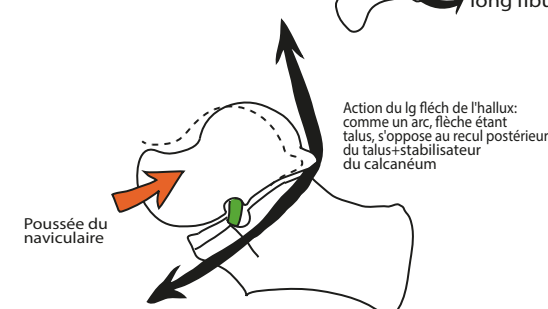
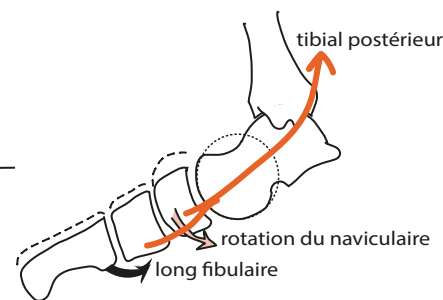
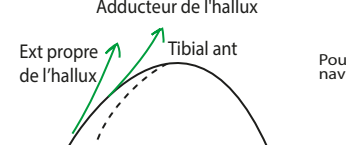
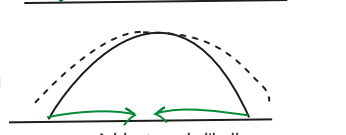
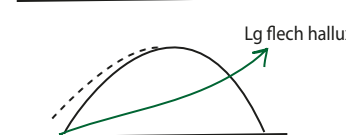
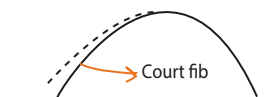
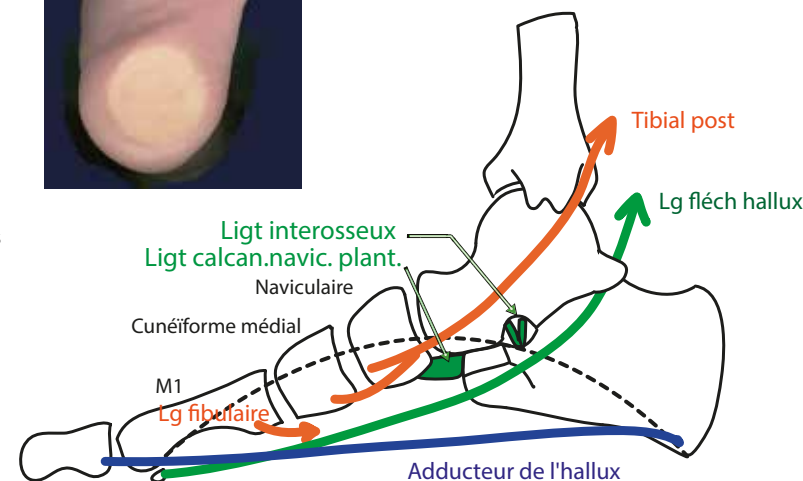
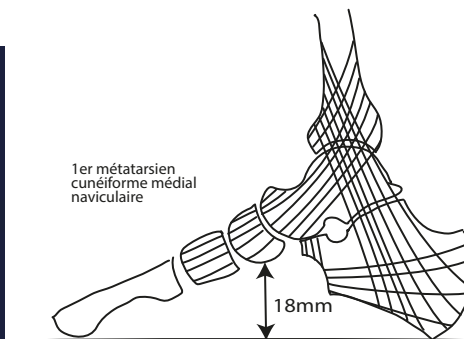
5. **Adducteur de l'hallux**: corde totale.

M. extenseur propre de l'hallux et le tibial ant.: diminuent courbure de l'arche.

Sur 6 kg appliqués sur le talus, 1 kg est appliqué sur B, 2kg sur 3 et 3 kg sur C



ABC: points d'appuis entre lesquels sont tendues les arches en rouge : empreinte du pieds



Action du lg fléch de l'hallux: comme un arc, flèche étant talus, s'oppose au recul postérieur du talus+stabilisateur du calcanéum