

## **Tendinopatia do Tendão do Calcâneo**

A tendinite de calcâneo é um distúrbio inflamatório que envolve o tendão do calcâneo e/ou sua bainha, o paratendão.

Freqüentemente, há um excesso de força tênsil imposta sobre o tendão repetidamente, como ocorre na corrida ou nas atividades de salto, que sobrecarregam o tendão especialmente em seu aspecto medial. Os exercícios físicos na subida geralmente agravam o distúrbio podendo ocasionar uma redução na flexibilidade do tríceps sural de maneira geral, o que pode piorar a medida que o distúrbio progredir e o encurtamento adaptativo ocorrer. Testes musculares podem estar dentro dos limites normais, porém produzem dor.