

O joanete do 5º dedo, mindinho, é muito parecido com o joanete no dedão. Aqui nós explicamos melhor. Confira.

O que é Joanete do 5º dedo?

Trata-se de uma deformidade na borda externa do pé caracterizada por uma proeminência óssea próxima ao 5º dedo (“mindinho”), semelhante ao que ocorre no Joanete tradicional no 1º dedo (“dedão”) e costuma evoluir com calosidades dolorosas, devido ao atrito contra o calçado. É 10 vezes mais comum em mulheres, devido, principalmente, à utilização de calçados fechados com salto e bico fino.



O que pode causar isso?

A causa é GENÉTICA, na qual a cabeça do 5º metatarso (ossinho da borda externa do pé) é proeminente, encurvada ou afastada, associada à utilização de CALÇADOS INADEQUADOS (fechados, com salto alto e bico fino), o que promove a compressão, irritação e inflamação local, seguido de calosidade lateral ou plantar dolorosa.

Quais os principais sintomas?

Deformidade estética e calosidade dolorosa, devido ao atrito com o calçado. A calosidade mais comum é na borda externa do pé, próxima ao “dedinho”, mas também pode ser na planta do pé, próxima ao 5º dedo.

O pé costuma ser mais alargado, principalmente, quando associado ao Joanete tradicional no “dedão” e pode estar associado à deformidade em “dedo em martelo”.



Como confirmar?

O diagnóstico pode ser facilmente realizado pelo exame clínico do ortopedista especialista em pé e tornozelo.

A radiografia simples do pé com carga é o único exame necessário para o diagnóstico, prognóstico e programação de qual técnica cirúrgica será eventualmente utilizada para a correção da deformidade.

Qual tratamento?

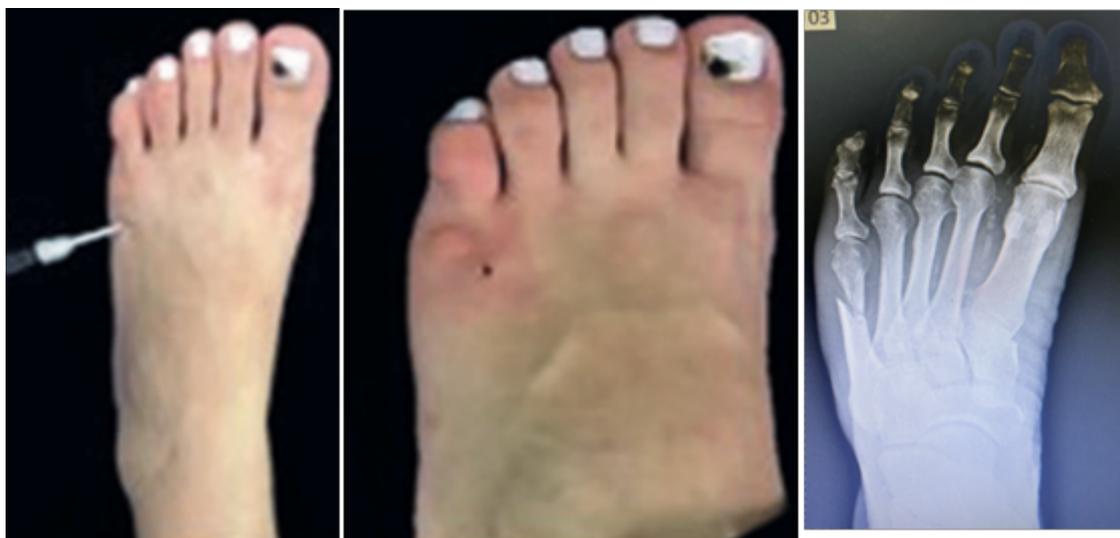
Nos estágios iniciais, o tratamento pode ser feito de forma não cirúrgica, com a mudança dos calçados: evitar sapatos fechados, com salto alto e bico fino e priorizar aqueles abertos ou com a parte da frente alargada e folgada.



O tratamento com órteses (protetores de silicone) pode ser utilizado para conforto ou adaptação aos calçados, mas não corrigem a deformidade e não retardam a sua progressão.

Pode-se aliviar a dor temporariamente com a ressecção da calosidade.

O único tratamento efetivo para correção da deformidade e para interromper a progressão e piora da doença é o CIRÚRGICO.



Veja mais nesse vídeo sobre joanete do 5º dedo

Você sofre com joanete no mindinho? [Clique aqui e agende sua consulta.](#)