

Patologia frequente

JU A osteoartrose é o processo de destruição da cartilagem que reveste as extremidades dos ossos que tem como função diminuir o atrito entre as superfícies ósseas para melhor execução dos movimentos. Estima-se que 90% da população adulta possa ser acometida por tal patologia até o final da vida, sendo uma das causas mais frequentes de incapacidade funcional após os 50 anos. Os fatores de risco são:

- a. histórico familiar positivo;
- b. distúrbios hormonais;
- c. obesidade;
- d. traumas repetitivos localizados
- e. sedentarismo
- f. prática esportiva inadequada (sobrecarga)

Os sintomas geralmente são localizados em articulações de carga: joelhos, tornozelos, quadris e coluna, porém um dos sintomas mais frequentes é a deformidade

dos dedos. Eles se caracterizam por dor local, inchaço e incapacidade funcional.

Quanto ao diagnóstico, pode ser simples e direto, porém sempre sob supervisão médica onde geralmente são realizadas radiografias que mostram diminuição da área articular, e, propriamente na coluna, os famosos bicos de papagaios.

O tratamento de tal patologia vai desde medicações mais atividade física supervisionada, passando por terapias e chegando até em cirurgias de próteses.

Medicações e atividade física supervisionada: condroprotetores são substâncias que diminuem o stress sobre a cartilagem que somado ao aumento do tônus muscular com a atividade física supervisionada formam a melhor opção para artroses iniciais.

Terapias: atualmente, as opções de hidroterapia, fisioterapia e acupuntura for-

Foto: Kazuhiro Kurita



mam o tripé para tratamento de artroses moderadas.

Cirurgia: é a última opção de tratamento, pois nela ocorre o sacrifício da superfície articular já totalmente deteriorada.

Finalizando, o mais importante talvez seja a prevenção que começa com a procura de um ortopedista após a quarta década de vida para a realização de exames de detecção e orientação sobre a atividade física mais adequada.

Marco Paulo Otani, ortopedista e responsável técnico do CQV – Centro de Qualidade de Vida. Rua Santa Cruz, 245, Vila Mariana. Telefone 5081-5954. www.cqv.net.br