

# A dor cervical

A coluna cervical é o elo flexível entre a cabeça e o tronco, que tem como função dar sustentação e movimentação ao crânio. Graças a um elaborado equilíbrio entre força e flexibilidade, qualquer disfunção pode promover dor.

A cervicalgia é uma manifestação clínica caracterizada por dor e rigidez transitória de causa multifatorial. Ela acomete 55% da população adulta podendo irradiar para braços em 1% dos casos, sendo assim denominada cervicobraquialgia.

Essa dor pode ser aguda (resolve-se em até 30 dias) ou crônica, mais ligada a indivíduos idosos ou relacionada à atividade profissional. Outros problemas podem estar associados à cervicalgia, como sedentarismo e estresse, além das lesões traumáticas (mais comum em acidentes automobilísticos).

Quando falamos em patologia como causas, podemos destacar:

1. Mecanismos e posturas: erros de postura e esforços repetitivos onde a dor piora com a flexão e extensão extrema do pescoço, sendo mais intensa geralmente no final do expediente de trabalho.

2. Hérnia de disco: dor forte com irradiação para os membros superiores que melhora levemente em repouso e piora sensivelmente aos esforços.

3. Artrose cervical: são os famosos “bicos de papagaios”, que se originam pela diminuição da cartilagem nas vértebras, geralmente ligada à idade e ao sedentarismo.

O tratamento deve começar com uma consulta ao ortopedista. Após diagnóstico clínico e através de exames, na maioria dos casos com reabilitação (fisioterapia/hidroterapia), correção postural (RPG) e manutenção (atividade física supervisionada), resolve-se o problema juntamente com medicações e acupuntura associada.

Foto: Kazuhiro Kurita



Ortopedista Marco Paulo Otani

Na falência desse tratamento, nos casos mais severos, pode-se até chegar a indicar tratamento cirúrgico.

**Marco Paulo Otani,**

ortopedista e responsável técnico do CQV.

Rua Santa Cruz, 245, Vila Mariana.

Telefone 5081-5954. [www.cqv.net.br](http://www.cqv.net.br)