

DORES NOS JOELHOS E QUADRIL?

O que podem ser e como tratá-las

É hora de encontrar a opção de tratamento certa para você!



O joelho e o quadril são articulações importantes do corpo humano que nem sempre recebem a atenção devida, apesar de serem constantemente submetidas a cargas durante a locomoção. O aparecimento de dor aos movimentos articulares durante a marcha pode ser indício de que você está desenvolvendo alguma doença articular.

Artrose, artrite, osteoartrite ou osteoartrose são termos que se referem à mesma doença, caracterizadas pela **destruição progressiva das superfícies**, além da inflamação da membrana articular.

“A cartilagem é o tecido escorregadio que cobre as extremidades dos ossos em uma articulação. Uma cartilagem saudável permite um ótimo deslizamento entre os ossos durante os movimentos, absorvendo os seus choques. Quando essa cartilagem é danificada, isto é, perde suas principais características (elasticidade e compressibilidade), os ossos friccionam e este atrito com o tempo pode danificar permanentemente o conjunto.” explica **Dra. Adrieni Alchaar**, membro titular da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia.

Vários são os fatores causadores da artrose: *genética, idade avançada, obesidade, traumas, peso excessivo, doenças metabólicas como gota e doenças inflamatórias.*

• Condropatia ou Condromalácia são termos utilizados para definir a doença da cartilagem articular, que provoca dores nas face anterior do joelho. Sua severidade é classificada em graus de I a IV: *quanto mais alto grau, maior o desgaste e a dor.* Por ser muitas vezes assintomática, a dor tende a surgir ou aumentar durante atividades comuns, como subir e descer escadas ou rampas, ao agachar, ou mesmo pelo uso de sapato alto por muito tempo. Pode surgir também depois de longos períodos sentados com o joelho fletido (o famoso “sinal do cinema”) - descreve a médica. “Outro sintoma frequente é a presença de

“barulhos” (estalidos ou também chamados de crepitações) provenientes do joelho, que ocorrem principalmente ao agachar e levantar, acompanhadas ou não de dor. Eventualmente o joelho incha após atividades mais vigorosas ou prática esportiva.”

“Não existe cura para artrose, mas ela pode ser controlada e uma pessoa pode viver bem sem os sintomas da doença. “O tratamento da Osteoartrite e Condropatia exige uma combinação de modalidades multidisciplinares, ou seja, multimodal, como educação sobre sua doença, perda de peso, fisioterapia, exercícios de fortalecimento e alongamento muscular, acupuntura, uso de calçados apropriados, órteses, utilização de apoio adicional e medicamentos. Uma das formas mais eficazes é um tratamento realizado na **CLÍNICA ARTI-TRAUMA**, que é a *Viscossuplementação*”, diz a Dra. Adrieni.

O que seria isso?

“O tratamento com *Viscossuplementação* na osteoartrite do joelho e quadril acontece da infiltração na articulação de substâncias que contém *Ácido Hialurônico*, numa tentativa de recuperar a elasticidade e a viscosidade do líquido sinovial normal, que em pacientes com artrose encontra-se reduzido. Esse *Ácido Hialurônico* é um líquido desenvolvido em laboratório, que melhora a viscosidade intra-articular e traz novamente a viscosidade normal, protegendo e lubrificando a cartilagem, permitindo o deslizamento sem atrito dos ossos, absorvendo impactos e melhorando a mobilidade articular”, conta a especialista.

Uma das principais vantagens do tratamento é que pode ser aplicado pelo médico no consultório, com desconforto mínimo e guiado por ultrassonografia, que é usada para se localizar o ponto exato da aplicação.

O efeito do tratamento dura de 06 meses a 1 ano dependendo do grau da artrose.

“A prevenção para essas enfermidade é, inicialmente, ter uma vida saudável, praticar exercícios físicos compatíveis com sua condição física e controle da obesidade. O diagnóstico precoce é um fator de vital importância para o controle dessas doenças. Por isso, se notar inchaços e dor no joelho, procure um médico especialista.

O tratamento cirúrgico é indicado nos casos dos pacientes que não responderem ao tratamento conservador.

NA ARTI-TRAUMA NÓS TEMOS OS MELHORES TRATAMENTOS DE ALTA QUALIDADE



ÊNFASE NA MEDICINA DO ENVELHECIMENTO

Especializada em tratamento de
ARTROSE E OSTEOPOROSE

www.arti-trauma.com.br

(21) 2628.1501 | 2613.0279

CRM 52.57804-5 Médica Responsável
Membro Titular da Sociedade Brasileira
de Ortopedia e Traumatologia (SBOT)



Dra. Adrieni Alchaar

Artrose • Osteoporose • Ortopedia