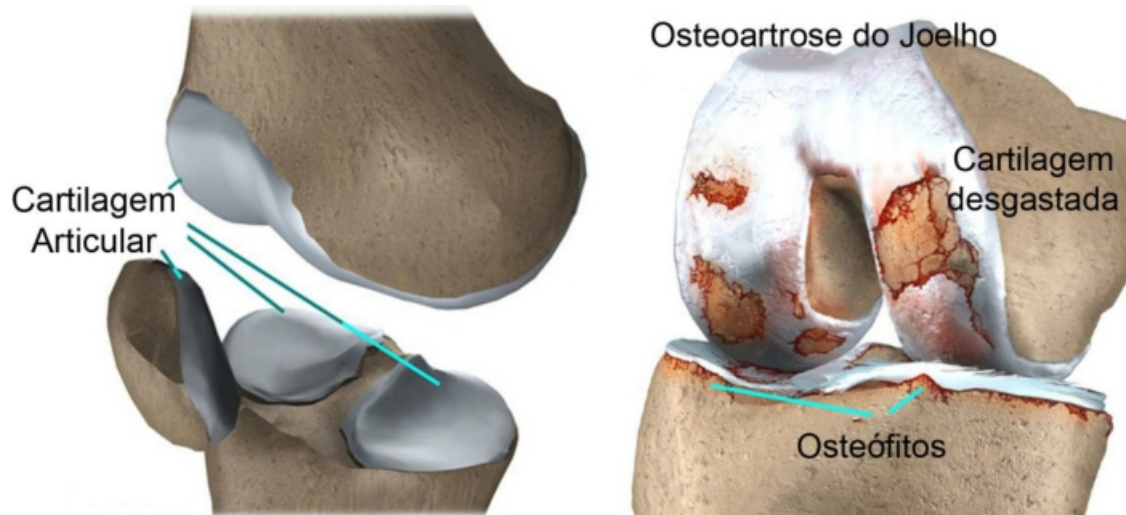


# Infiltração para tratar Artrose do Joelho

## INTRODUÇÃO

Como o joelho atua como uma articulação em dobradiça, faz sentido que haja algum tipo de lubrificação para a diminuição do atrito e melhora da eficiência dos movimentos. Quanto melhor a lubrificação da articulação melhor será o alívio da dor em pessoas portadoras de **osteoartrite ou artrose do joelho (OA)**.

Antigamente nas infiltrações no joelho eram utilizados corticosteroides para diminuir o processo inflamatório da articulação, atualmente com o avançar da tecnologia, novos medicamentos foram desenvolvidos para substituírem e até melhorarem a lubrificação natural do joelho, sem a necessidade do uso de corticoides.



A infiltração do joelho com esses novos medicamentos que tem a função de substituir ou melhorar a viscosidade (fator importante na lubrificação) do líquido sinovial no joelho, chamamos de viscos suplementação.

A viscos suplementação tem sido usada pelos médicos para restaurar a lubrificação do joelho portador de OA.

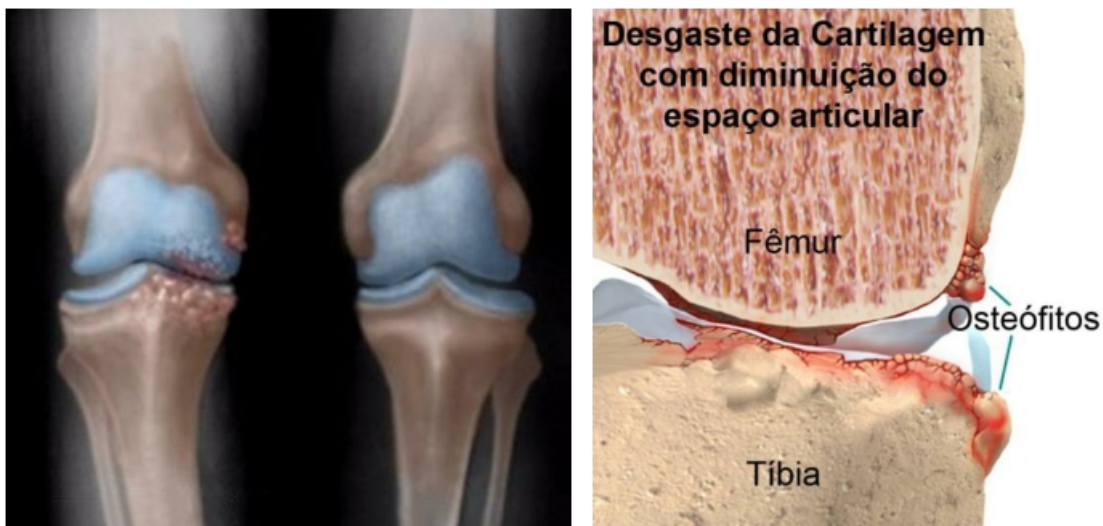
Nos últimos anos, a viscos suplementação se tornou uma forma comum de tratamento na OA

## ANATOMIA

O principal problema na OA é a degeneração da cartilagem articular. Esta estrutura é uma superfície lisa que recobre as superfícies articulares que formam a articulação do joelho. A cartilagem proporciona uma liberdade de movimento por diminuir o atrito entre as partes ósseas do fêmur, da tíbia e da patela.

A cartilagem articular é mantida escorregadia pelo líquido produzido pela membrana sinovial. O líquido sinovial é contido numa cápsula de tecido mole ao redor do joelho chamada de cápsula articular.

Um importante componente do líquido sinovial é o ácido hialurônico. Ele auxilia na captação e manutenção de água na articulação, aumentando a lubrificação e reduzindo a fricção. Ele também atua permitindo a células se moverem e atuarem na articulação nutrindo a cartilagem articular.



A OA resulta em uma menor quantidade de ácido hialurônico no líquido sinovial. Como resultado, temos uma articulação que não se lubrifica adequadamente e torna-se mais vulnerável a lesões.

Quando a cartilagem articular se degenera ou se desgasta, os ossos debaixo se atritam uns contra os outros podendo formar pequenas protuberâncias ósseas, as quais chamamos de osteófitos.

## TRATAMENTO

### O que os médicos esperam conseguir com este tratamento?

Um joelho saudável possui ao redor de 2 mililitros de líquido sinovial e uma concentração de 2,5 a 4 miligramas de ácido hialurônico por mililitro. Pacientes com OA tem de metade a um terço a menos de ácido hialurônico.

A redução na quantidade de ácido hialurônico diminui a viscosidade e a elasticidade do líquido sinovial. Este é um problema porque a viscosidade auxilia na manutenção da lubrificação normal da articulação, protegendo-a de choques e tensões. Quando ocorre sua diminuição a articulação fica mais susceptível as lesões. Portanto a viscos suplementação (injeção de ácido hialurônico no joelho) tem a intenção de tornar o líquido sinovial na OA similar ao líquido sinovial saudável.

A ideia por trás dos viscos suplementação é muito simples porque visa aumentar a quantidade de ácido hialurônico no líquido sinovial.

Não é claro como isto funciona. As injeções aliviam o joelho rapidamente, no entanto o médico não está simplesmente recolocando ácido

hialurônico na articulação. Pesquisas mostram que a viscos suplementação estimula o organismo a produzir mais ácido hialurônico.

As injeções diminuem os mediadores químicos da inflamação no líquido sinovial dos pacientes. Estas propriedades anti-inflamatórias devem explicar porque alguns pacientes relatam alívio dos sintomas. As aplicações também devem proteger e reparar os condrocitos, as células cartilaginosas. Entretanto os testes envolvem apenas animais e são inconclusivos.

### Medicação para Artrose



Os médicos indicam a viscos suplementação nos pacientes que não toleram anti-inflamatórios não esteroidais (AINES). Naqueles pacientes que não tiveram sucesso em outros tratamentos não cirúrgicos, como uso de injeções de corticoides. O tratamento auxilia nos casos de OA moderada, os quais precisam de uma melhor função do joelho antes de uma artroplastia total.

No momento, a viscos suplementação é indicada apenas nos casos de OA do joelho, no futuro deves também ser indicada na OA de outras articulações.

## PREPARAÇÃO

A decisão de aderir ao tratamento deve ser conjunta entre o médico e o paciente. Este deve compreender o máximo possível dos procedimentos. Se o paciente tem alguma dúvida, deverá comunicá-la ao médico.

Geralmente serão realizadas consultas e injeções semanais por três a cinco semanas.

## PROCEDIMENTO

Com o paciente deitado em uma maca, realiza-se a assepsia do joelho com uma solução asséptica. Pede-se que o paciente relaxe a musculatura enquanto o médico posiciona a agulha. Após a injeção da medicação, retira-se a agulha, a área é limpa e um curativo é colocado. Solicita-se ao paciente que realize movimentos de flexão e extensão do joelho por alguns minutos para distribuir a medicação por todo joelho.

Normalmente é um procedimento indolor e rápido, para o maior alívio do paciente pode ser feita uma anestesia no local da injeção.

## COMPLICAÇÕES

Estudos comprovam que a viscos suplementação é segura. Dor, calor local, derrame no local da injeção são as complicações mais comuns. Estas normalmente se resolvem em um a dois dias.

Inflamação severa é uma complicação rara, ,mas pode ocorrer. A articulação pode inchar com o fluido; podendo similar uma infecção no joelho, a artrite séptica.

Toda injeção na articulação do joelho tem um risco de causar uma infecção, ,portanto quanto maior o numero de injeções, maior o risco de infecção, ,mas caso o procedimento de assepsia do joelho seja feito corretamente, esse risco é quase zero.

## PÓS-TRATAMENTO

### O que acontece após o tratamento?

O paciente estará apto a retornar as suas atividades normais, com o passar dos dias, devera ser iniciado um tratamento fisioterápico.

Quando as injeções funcionam, elas podem gerar alivio por vários meses. Uma nova infiltração devera ser feita cerca de três a seis meses após o ciclo inicial para a manutenção do tratamento.

Medicações que estimulam a produção e proteção da cartilagem do joelho também serão receitadas pelo seu médico e seu uso contínuo fará com que as infiltrações tenham um melhor resultado.

## REABILITAÇÃO

Embora a viscos suplementação pareça ser útil na OA, ela é melhor utilizada em associação com uma variedade de estratégias. Como por exemplo:

- Exercícios aeróbicos
- Fortalecimento da musculatura da coxa
- Alongamento e ganho de amplitude de movimentos na fisioterapia
- Diminuição do peso corporal
- Utilizar palmilhas macias nos calçados
- Massagens