

## RUPTURA DO TENDÃO DE AQUILES

O tendão de Aquiles é um dos tendões mais fortes do corpo humano e conecta os músculos da panturrilha com o calcanhar, no osso chamado calcâneo. A função do tendão de Aquiles é de transmitir a força gerada pela contração desses músculos para o pé, produzindo o movimento de impulsão quando andamos ou corremos. É exatamente nesse movimento que acontece a grande maioria das **rupturas do tendão de Aquiles**. A situação mais frequente é aquela em que a pessoa vai iniciar uma corrida, e no momento da contração dos músculos para esse arranque o tendão de Aquiles se rompe.

No momento da ruptura do tendão de Aquiles, o(a) paciente sente uma dor tipo pontada logo acima do calcanhar e tem a sensação de que alguém o chutou. Algumas vezes até escuta o tendão se rompendo, como se fosse uma corda arrebentando. A partir deste momento não consegue mais andar normalmente, o tornozelo incha e um hematoma aparece após algumas horas. A melhor conduta nesse momento é aplicar gelo, evitar de andar e procurar por uma avaliação médica pois o tratamento da ruptura do tendão de Aquiles é quase sempre com cirurgia.

Um ponto muito importante é que cerca de um quarto dos casos de ruptura do tendão de Aquiles não são corretamente diagnosticados inicialmente. É muito comum o diagnóstico de **ruptura parcial** quando na realidade ela é **total**. Algumas vezes essas lesões são confundidas com uma **entorse do tornozelo**. Contribuem para esse problema a procura tardia pela avaliação médica e a realização de exames inadequados. Um caso de ruptura do tendão de Aquiles avaliado precocemente pode ter o diagnóstico feito somente com o exame físico feito pelo médico, não sendo necessário nenhum tipo de exame.

Mas por quê um tendão tão forte assim se rompe? A causa mais frequente é aquela situação em que o tendão está mais fraco que o músculo que o traciona. O tendão de Aquiles não suporta a tração gerada pelo músculo e se rompe, sendo este quadro típico de pessoas que faziam atividade física mas pararam e estão destreinadas. Têm a lesão quando vão, por exemplo, jogar um futebol esporádico. No entanto, algumas pessoas que têm a ruptura do tendão de Aquiles já tinham o tendão doente e por isso acabam rompendo. A **tendinite** é a doença mais comumente encontrada nesta situação.

Apesar de poder ser tratado sem cirurgia, a ruptura do tendão de Aquiles quase sempre necessita de um tratamento cirúrgico onde o objetivo é "dar pontos no tendão" para que ele cicatrize no comprimento correto. A cirurgia deve idealmente ser feita nos primeiros 10 dias após a lesão e ela pode ser pelo método tradicional ou minimamente invasiva. Há vantagens e desvantagens em cada um destes métodos, sendo a escolha decidida conjuntamente com o médico.

De modo geral, os resultados do tratamento de uma ruptura do tendão de Aquiles são bons, com a maioria dos(as) pacientes retornando às atividades

habituais e também às esportivas.

Por: Dr. Marcos Sakaki