

ARTROSE DO TORNOZELO

O que é artrose do tornozelo?

Artrose é um processo de degeneração da cartilagem que existe nas articulações do corpo humano, incluindo a articulação do tornozelo. As articulações mais frequentemente acometidas por artrose são a coluna, o joelho, o quadril e as mãos. No tornozelo é menos comum, mas sua incidência vem aumentando pois a principal causa é a traumática, ou seja, a que acontece após traumatismos do tornozelo, seja com fratura seja com lesão dos ligamentos. A cartilagem tem um papel muito importante no funcionamento de uma articulação ao permitir a movimentação livre e com pouquíssimo atrito. No processo degenerativo a cartilagem apresenta erosões, afilamento, fissuras e ulcerações que terminam por levar ao seu desaparecimento.

Quais os sintomas da artrose do tornozelo?

A dor é o principal sintoma, geralmente sentida na região anterior do tornozelo. Ela aparece quando a articulação é usada, em especial nos movimentos com a pessoa em pé. Nas fases iniciais da artrose a dor é sentida somente após atividades mais intensas como correr ou saltar, mas com a evolução do problema ela passa a aparecer durante atividades mais leves como simples caminhadas. Paralelamente ao aumento da dor há uma redução dos movimentos do tornozelo. O movimento que é mais afetado é o de dorsiflexão, usado quando se sobe uma rampa. Nessa fase da doença é comum as pessoas sentirem mais conforto quando usam sapatos com saltos pequenos. Inchaço e deformidades podem acompanhar o processo. Deformidades causam uma sensação de que a pisada está diferente pois o apoio do pé no solo é alterada, e pode haver desgaste anormal do calçado.

Como se diagnostica a artrose do tornozelo?

Raramente são necessários exames além das radiografias do tornozelo. Essas devem ser feitas com carga, ou seja, com a pessoa em pé e pisando sobre o lado afetado para que as alterações fiquem evidentes. Achados como esclerose subcondral, osteófitos, pinçamento articular e cistos subcondrais em pessoas com quadro clínico compatível fecham o diagnóstico de artrose. Exames como tomografia, ressonância magnética e laboratoriais são úteis na pesquisa das causas da artrose e no planejamento de cirurgias, quando essas forem necessárias para o tratamento.

Como se faz o tratamento não cirúrgico da artrose de tornozelo?

A principal medida para alívio dos sintomas é a mudança de atividade. Exercícios de impacto devem ser evitados e substituídos por esportes como ciclismo, natação e musculação. O sobrepeso é uma carga a mais que o tornozelo tem de suportar, de forma que emagrecer ajuda bastante no alívio da dor. Botas imobilizadoras podem ser usadas por curtos períodos de tempo nas crises de dor.

A medicação mais largamente utilizada nos processos de artrose em geral são os anti-inflamatórios. No entanto, seu uso contínuo não traz benefícios para a articulação, exceto nos casos em que há uma doença reumatológica. O efeito desses medicamentos

é puramente sintomático, ou seja, de alívio da dor mas sem alterar o estado da cartilagem articular, de forma que devem ser consumidos de forma bastante parcimoniosa. Há no mercado uma variedade de medicamentos que supostamente melhoram a qualidade da cartilagem articular tais como glicosamina, condroitina, colágeno e fitoterápicos mas que ainda não têm comprovação científica evidente.

Um procedimento que vem ganhando espaço como forma de tratamento para alívio da dor por períodos mais prolongados, algumas vezes de até um ano, é o da infiltração articular. É feita uma punção dentro da cavidade articular e injeta-se uma substância chamada hialuronato juntamente com corticoide, medicamentos que promovem redução da inflamação e conseqüentemente da dor e melhora da mobilidade articular.

Quais as opções no tratamento cirúrgico da artrose de tornozelo?

São 3 as opções de cirurgia: osteotomia, artrodese ou prótese. A osteotomia é um procedimento no qual o osso é cortado com a finalidade de se mudar o alinhamento do tornozelo. Está indicado nos casos de artrose moderada onde há perda do alinhamento normal do membro.

A artrodese consiste na fusão óssea entre os ossos do tornozelo. Há resolução da dor pois a articulação é eliminada, porém o movimento do tornozelo fica para sempre perdido. É o procedimento mais frequentemente utilizado nas artroses graves e avançadas.

A prótese de tornozelo tem as mesmas indicações que a artrodese. Tem a vantagem de preservar parte do movimento do tornozelo, porém ao longo de alguns anos (geralmente mais de dez) há desgaste e outras complicações da prótese que vão exigir uma nova cirurgia para revisão. Este procedimento é relativamente novo no Brasil com poucas empresas que importam próteses de qualidade como as que são utilizadas na Europa e nos Estados Unidos, e com pequeno número de cirurgiões realmente habilitados para lidar com todas as complicações associadas a esse procedimento.

Por.: Dr Marcos Sakaki