

## VISCOSSUPLEMENTAÇÃO



A viscosuplementação é um procedimento médico que tem ganhado cada vez mais destaque na área da medicina ortopédica e esportiva. Consiste na injeção de substâncias viscosas no interior de uma articulação com o objetivo de aumentar a viscosidade do líquido sinovial, que é responsável pela lubrificação e proteção das estruturas articulares. Essa técnica tem se mostrado eficaz no tratamento de diversas patologias, principalmente as relacionadas à osteoartrite (desgaste) e para as lesões de cartilagem (condropatias).

A osteoartrite é uma doença degenerativa das articulações que causa dor, inflamação e limitação dos movimentos. O desgaste da cartilagem articular é a principal característica dessa condição, e a viscosuplementação surge como uma alternativa terapêutica para aliviar os sintomas e melhorar a qualidade de vida dos pacientes. Ao promover a recuperação da viscosidade do líquido sinovial, as injeções viscosas contribuem para reduzir o atrito entre as superfícies articulares, minimizando o desconforto e a inflamação.



Os compostos utilizados na viscosuplementação podem variar, sendo o mais comum o ácido hialurônico. O ácido hialurônico é uma substância naturalmente presente no organismo, responsável por manter a integridade e a eficiência do líquido sinovial. Essa substância tem propriedades lubrificantes e anti-inflamatórias, que contribuem para a melhora dos sintomas.





Antes de iniciar o tratamento, é fundamental realizar uma avaliação médica detalhada para determinar a gravidade da doença e a necessidade de intervenção. Além disso, o procedimento deve ser realizado por um profissional capacitado, seguindo as diretrizes e cuidados necessários para garantir a eficácia e segurança da terapia.

Os benefícios da viscosuplementação vão além do alívio da dor e da inflamação. Estudos têm demonstrado que essa técnica pode retardar a progressão da osteoartrite, preservando a integridade da cartilagem e melhorando a mobilidade articular a longo prazo. Além disso, a viscosuplementação apresenta baixos índices de efeitos colaterais e riscos, tornando-a uma opção terapêutica viável e segura para o tratamento das doenças articulares.



#### *HÁ ALGUM EFEITO COLATERAL?*

Os efeitos colaterais mais comumente relatados associados à viscosuplementação são:

- Dor temporária no local da injeção
- Inchaço, calor ou vermelhidão
- Hematomas ao redor da articulação
- Acúmulo de líquido no local
- Em casos raros pode ocorrer infecção e sangramento

No entanto, essas reações são toleráveis, passageira e podemos controlá-las com medicamentos ou bolsas de gelo. Além disso, nem sempre elas ocorrem.

Quais os cuidados o paciente deve ter após a viscosuplementação?

Logo após a realização do procedimento, indicamos manter alguns cuidados por cerca de 24-48hs, a depender do local, por exemplo:

- Evitar ficar em pé por longos períodos, caminhar excessivamente ou correr.
- Não levantar pesos por cerca de 24-48hs.

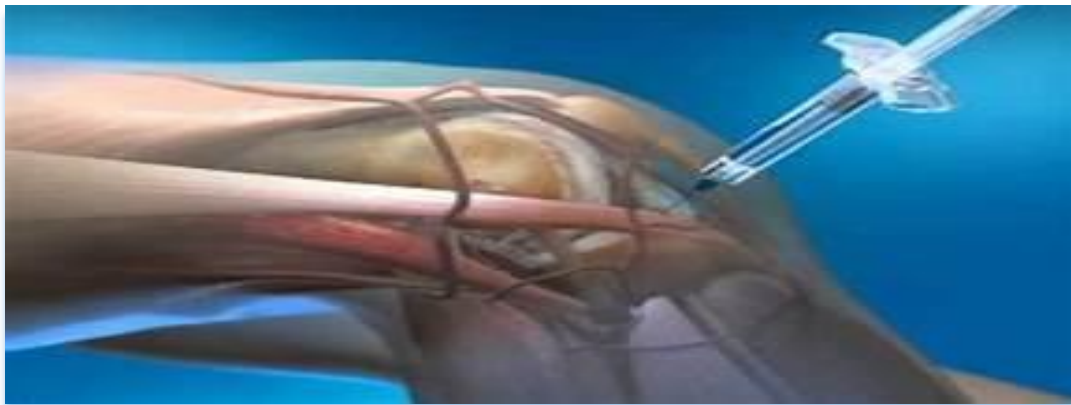


### *QUANTAS APLICAÇÕES DE VISCOSUPLEMENTAÇÃO (ÁCIDO HIALURÔNICO) SÃO NECESSÁRIAS?*

O número de aplicações depende basicamente da marca de produto a ser utilizada. Atualmente, o mercado apresenta produtos que podem variar de 1 a 5 aplicações.

Atualmente, temos dado preferência a utilização de ácidos hialurônico com alto peso molecular.

Os ácidos hialurônicos mais atuais apresentam também alta viscosidade e alta viscoelasticidade.



### *QUAIS SÃO OS RESULTADOS DA VISCOSSUPLEMENTAÇÃO?*

Os resultados da viscosuplementação podem variar de acordo com o tipo e a gravidade da condição, a idade do paciente, a qualidade do ácido hialurônico utilizado e outros fatores. No entanto, em geral, espera-se que a viscosuplementação proporcione os seguintes benefícios:

- **Alívio da dor e da rigidez:** O ácido hialurônico pode ajudar a reduzir a inflamação na articulação, aliviando a dor e a rigidez associadas à artrose e à condropatia.
- **Melhoria na mobilidade:** Com a redução da dor e da rigidez, o paciente pode ter uma melhora na mobilidade e na capacidade de realizar atividades cotidianas.

- **Atraso na progressão da doença:** A viscosuplementação pode ajudar a retardar a progressão da artrose e da condropatia, preservando a cartilagem e reduzindo a necessidade de cirurgia.
- **Baixo risco de efeitos colaterais:** O ácido hialurônico é uma substância naturalmente presente no corpo humano, e a viscosuplementação tem um baixo risco de efeitos colaterais graves.

No entanto, é importante lembrar que a viscosuplementação não é uma cura para a artrose e a condropatia, e que os resultados podem variar de paciente para paciente. Além disso, o tratamento pode não ser eficaz em casos avançados de degeneração da cartilagem, quando outras formas de tratamento, como a cirurgia, podem ser necessárias.



#### *QUEM PODE FAZER A VISCOSUPLEMENTAÇÃO?*

A viscosuplementação pode ser indicada para pacientes com artrose e condropatia. No entanto, cada caso deve ser avaliado individualmente pelo médico, levando em consideração a gravidade da condição, a localização da articulação afetada, a idade e a saúde geral do paciente, entre outros fatores.

Não é recomendada para pacientes com alergia ao ácido hialurônico ou outros componentes da substância, infecções ativas na articulação, distúrbios hemorrágicos ou outras condições médicas que possam aumentar o risco de complicações.

Além disso, pode não ser adequada para pacientes com certas expectativas irrealistas em relação aos resultados do tratamento, ou que não estejam dispostos a seguir as orientações do médico em relação ao repouso e a reabilitação após o procedimento.



#### *QUANTO TEMPO DURA O EFEITO DA VISCOSUPLEMENTAÇÃO?*

O efeito da viscosuplementação pode variar de paciente para paciente e pode depender de vários fatores, como a gravidade da condição, a localização da articulação, a idade do paciente e a qualidade do ácido hialurônico utilizado.

Em geral, espera-se que o efeito da viscosuplementação dure de seis meses a um ano. No entanto, em alguns casos, pode durar mais ou menos tempo.

Quando o efeito da viscosuplementação começa a ser sentido?

Os efeitos podem começar a ser sentidos logo após a injeção, mas é comum que o alívio completo da dor e da rigidez seja observado alguns dias ou semanas após o procedimento.

É importante lembrar que é um tratamento de longo prazo e que pode ser necessária mais de uma injeção para obter resultados satisfatórios.

Embora a viscosuplementação não seja uma cura para a artrose e a condropatia, pode ajudar a retardar a progressão da doença e melhorar a qualidade de vida dos pacientes. No entanto, cada caso deve ser avaliado individualmente pelo médico, levando em consideração a gravidade da condição, a localização da articulação afetada e as necessidades e expectativas individuais do paciente.



Em suma, a viscosuplementação é uma abordagem promissora no tratamento da osteoartrite e outras condições musculoesqueléticas. Seus benefícios incluem a redução da dor, inflamação e rigidez das articulações, além da melhora da funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes. Contudo, é essencial que o procedimento seja realizado de forma criteriosa e sob supervisão médica, para

garantir os melhores resultados e minimizar os riscos. Com o avanço da tecnologia e da pesquisa na área da medicina ortopédica, a viscosuplementação se consolida como uma alternativa eficaz e segura para o tratamento das doenças articulares.

Se você está sofrendo de dor e rigidez nas articulações associadas à artrose ou condropatia, converse com seu médico ortopedista ou médico do esporte sobre a possibilidade de viscosuplementação. Ele poderá avaliar a gravidade da sua condição e ajudá-lo a determinar se esse procedimento é apropriado para você.

Lembre-se de que, também, o ideal é associar junto à viscosuplementação, mudanças no estilo de vida unindo estilo mais ativo e saudável com fortalecimento muscular regular. Seu médico ortopedista ou médico do esporte poderão ajudá-lo a escolher a melhor abordagem de tratamento com base em suas necessidades e expectativas individuais.