

# Artrose do Cotovelo

Dr. Marcello Castiglia

*Especialista em Cirurgia do Ombro e  
Cotovelo*

## Causa

A osteoartrose do cotovelo ocorre quando a cartilagem do cotovelo está danificada ou se desgasta. Isso pode acontecer devido a uma lesão prévia como uma luxação ou fratura do cotovelo antiga. A osteoartrose geralmente afeta articulações de suporte de peso, como o joelho e o quadril. O cotovelo é uma das articulações menos afetadas devido às superfícies bem adaptadas e ligamentos estabilizadores fortes. Como resultado, o cotovelo pode tolerar grande transmissão de forças sem se tornar instável.

## Diagnóstico

O médico pode diagnosticar artrose do cotovelo baseado em sintomas e radiografias simples, que costumam mostrar alterações degenerativas. Métodos de imagem mais avançados, como a tomografia computadorizada, e a ressonância magnética geralmente não são necessárias para diagnosticar a osteoartrose do cotovelo.

A osteoartrose que ocorre sem lesão prévia ao cotovelo é mais comum em homens que em mulheres. A época de aparecimento se dá em pacientes acima dos 50 anos, mas alguns pacientes podem ter sintomas mais previamente.



Radiografia do cotovelo mostrando artrose

## Fatores de Risco e Prevenção

A maioria dos pacientes diagnosticados com artrose do cotovelo têm uma história de lesão no cotovelo, tal como uma fratura que envolveu a superfície articular ou uma luxação do cotovelo. O risco para artrose do cotovelo aumenta se:

O paciente necessitou de cirurgia para tratamento da articulação,

Há perda de cartilagem articular

A articulação não pode ser reconstruída ou reparada ao seu nível pré-lesão

A lesão ligamentar que resulta em um cotovelo instável pode também levar a osteoartrose, inclusive se a superfície do cotovelo não está lesada, já que as forças normais ao longo do cotovelo estão alteradas, a lesão cartilaginosa ocorre mais rapidamente.

Em alguns pacientes, não há histórico de lesão no cotovelo. O trabalho ou as atividades esportivas intensas podem levar a desgaste do cotovelo se o paciente coloca mais esforço do que a articulação pode aguentar. Por exemplo, arremessadores de baseball colocam o cotovelo em alta demanda, o que pode levar a falha das estruturas ligamentares. Quando isso ocorre, a reconstrução cirúrgica geralmente é necessária. Grandes forças de cisalhamento colocadas na articulação podem levar a lesão cartilaginosa ao longo do tempo.

A melhor maneira de prevenir a artrose do cotovelo é evitar a lesão da articulação. Quando isso ocorre, é importante reconhecer o quando imediatamente e procurar tratamento. Indivíduos que trabalham de maneira braçal ou atividades esportivas devem manter o fortalecimento muscular ao redor do cotovelo. O condicionamento e éticas apropriadas devem sempre ser usados.

## Sintomas

As opções de tratamento dependem do estágio da doença, histórica prévia, o desejo do paciente, condição médica geral e o aspecto radiográfico da doença.

### 1) Tratamento Conservador

Para os estágios iniciais da artrose do cotovelo, o tratamento mais comum é o conservador e inclui o uso de medicações para tirar a dor, melhorar a inflamação, fisioterapia e modificação das atividades.

Medicações intrarticulares eventualmente são usadas para tratamento dos sintomas, em especial os corticosteroides, com bons resultados. Apesar dos efeitos serem temporários, eles podem fornecer bom alívio na dor até os sintomas progredirem o suficiente para necessitarem de tratamento adicional.

Uma alternativa ao uso de corticoides tem sido a injeção de ácido hialurônico em vários formatos. Ele é utilizado para aumentar o volume de fluido na articulação, num processo chamado de viscosuplementação, envolvendo a cartilagem doente com um meio mais “amortecido”. Esse tratamento tem sido estudado em pessoas com osteoartrose no joelho. Apesar do entusiasmo inicial com esse tratamento, as pesquisas não mostraram que ele seria superior à tradicional injeção de corticoide. Os resultados a longo prazo dessas injeções de ácido hialurônico no cotovelo e em outras articulações ainda não foram investigados.

### 2) Tratamento Cirúrgico

Quando as possibilidades não cirúrgicas se esgotam, a cirurgia pode ser necessária. Na época que a artrose pode ser vista nas radiografias, já houve suficiente desgaste ou lesão às superfícies articulares. Se o desgaste é limitado, a artroscopia pode oferecer uma cirurgia minimamente invasiva e ser uma opção inicial para o tratamento de alterações leves da artrose de cotovelo.

A artroscopia do cotovelo provou que melhora os sintomas pelo menos em um curto período. Ela envolve a retirada de qualquer corpo livre ou tecido inflamatório e degenerativo no cotovelo. Também tenta aliviar e igualar superfícies alteradas. Múltiplas pequenas incisões são usadas para realizar a cirurgia. Pode ser feita em regime ambulatorial, e a recuperação é razoavelmente rápida.

Se a superfície articular se desgastou de maneira completa, provavelmente não há outras opções à realização da artroplastia do cotovelo, para o alívio dos sintomas. Existem muitos tipos diferentes de artroplastia do cotovelo disponíveis.

Em pacientes apropriadamente selecionados, a melhora na dor e função pode ser muito importante. Com um cirurgião experiente, os resultados da artroplastia do cotovelo são tipicamente semelhantes aos obtidos em artroplastias do quadril e joelho.

Para paciente que são muito jovens e muito ativos para serem submetidos a uma artroplastia do cotovelo, existem outras opções cirúrgicas razoáveis. Se a perda de movimento é o sintoma primário, o paciente pode liberar a contração e suavizar as superfícies articulares. Por vezes, uma nova superfície articular pode ser feita com tecidos do próprio paciente. Essas cirurgia podem dar anos de melhora dos sintomas, até que o paciente envelheça.

## Opções Futuras

Recentemente, suplementação articular tem sido usada como alternativa às medicações orais e injetáveis, estando entre elas a glicosamina e condrotina. Essas “vitaminas” tentam levar ao organismo mais dos elementos básicos que formam a cartilagem, e com isso o corpo poderia voltar a formar cartilagem para aqueles locais já desgastados. Não há ainda nenhuma comprovação científica acerca deste tema, infelizmente.

Em pacientes com perda ou lesão a áreas localizadas do cotovelo. Um enxerto de cartilagem e osso pode ser considerado. O objetivo da cirurgia é evitar que aquela lesão localizada venha a crescer e progressivamente tomar a articulação como um todo.

Novas opções de prótese de cotovelo vem sendo desenhadas com o intuito de maior durabilidade e colocação mais fácil comparada com os desenhos mais antigos.



*O Dr. Marcello Castiglia é especialista em Cirurgia do Ombro e Cotovelo, com especializações na Universidade de Stanford e no Hospital for Special Surgery. Atualmente é membro do corpo clínico da Rivvé Viver Saúde, bem como é médico contratado do Hospital das Clínicas de Ribeirão Preto. Atua nas áreas de Cirurgia do Ombro e Cotovelo, Traumatologia do Esporte e Cirurgia do Joelho.*

Email para contato: [mcastiglia@rivve.com.br](mailto:mcastiglia@rivve.com.br)