



# ARTRITE X ARTROSE E aí?

Dra. Joana Starling de Carvalho  
Médica Reumatologista

Doutoranda do Programa de Pós Graduação em Saúde  
do Adulto da Faculdade de Medicina da UFMG



# Dor Articular – importância

- Queixa comum a mais de 100 doenças
- Alta procura por atendimento médico
- Limitantes e podem cronificar;
- Subdiagnósticas e subtratadas;
- Risco de abuso de medicamentos para dor
- Podem estar associadas a doenças graves.



# Agenda

- 1- Artrite e Artrose - conceito
- 2- Características Principais
- 3- Sinais e Sintomas
- 4- Diagnóstico
- 5- Riscos e consequências do atraso no diagnóstico
- 6- Tratamento não medicamentoso

# Artrite X Artrose



ARTRITE	ARTROSE
Inflamatório	Degenerativo
Não tem relação com idade	Associação com envelhecimento
Não é uma doença em sí	Osteoartrite, osteoartrose



# Artrite



## Manifestação comum / sinal

- Artrite Reumatoide
- Espondilite Anquilosante
- Lupus Eritematoso Sistemico
- Doenças intestinais  
Inflamatórias
- Doenças infecciosas
- Doenças microcristalinas / Gota



# Artrite



## O que acontece?

Doenças que causam um processo inflamatório nas articulações.

*Autoimunes, Infecciosas,  
Degenerativas, traumáticas*



# Artrite



Monoarticular  
Oligoarticular  
Poliarticular



# Artrose

- Processo Degenerativo
- Associado a sobrecarga: idade, peso, impacto
- Normalmente oligoarticular
- Componente familiar
- Muito frequente
- Início lento, piora progressiva, ciclos de "artrite"



# Fatores de Risco



**IDADE**

**IMPACTO /  
ATLETAS**

**HISTÓRIA  
FAMILIAR**

**SOBREPESO**

**TABAGISMO**

**DOENÇA  
ARTICULAR  
PRÉVIA OU  
ATUAL**

# Artrose



## Articulações frequentemente acometidas:

- Joelhos
- Mãos
- Coluna
- Quadril



# Artrose



# Sintomas

ARTRITE	ARTROSE
DOR, CALOR, VERMELHIDÃO	DOR, DEFORMIDADE
Pior pela manhã e em repouso	Dor com movimento
Rigidez matinal > 30 minutos	Rigidez curta
Alivia com movimento leve	Alivia com repouso
Início súbito	Quadro lento e progressivo

# Sinais de Alerta!!!!

**Dor súbita em  
uma  
articulação**

**Febre**

**Câncer atual  
ou prévio**

**Emagrecimento**

**Dor que  
acorda o  
paciente**

**Dor que  
persiste mais  
de 3 semanas**

**Dor em  
progressão**

**Dor que migra**

# Diagnóstico

- História Clínica
- Exame Clínico
- Radiografia
- Exames laboratoriais – nem sempre!
- Ressonância – raramente!

# Consequências

## Artrite e Artrose:

>>> ***Dor Crônica*** - limitações, perda de produtividade, depressão, ansiedade, ganho de peso, fraqueza muscular.

>> *Abuso de medicações: dependência, alterações cardíacas e renais, ganho de peso*

>> *Deformidades*

# Artrite - consequências



- Perda de funcionalidade
- Destruição articular / ARTROSE
- Progressão para outras articulações
- Risco de atraso no diagnóstico de doenças sistêmicas.



# Tratamento

- Depende do diagnóstico da doença de base
- Precisa ser individualizado
- Não existe um tratamento único para todos os tipos de dor articular
- Medicamento sozinho não faz milagre - mudanças de hábitos e cuidar da saúde mental é fundamental

# Fraturas de Quadril

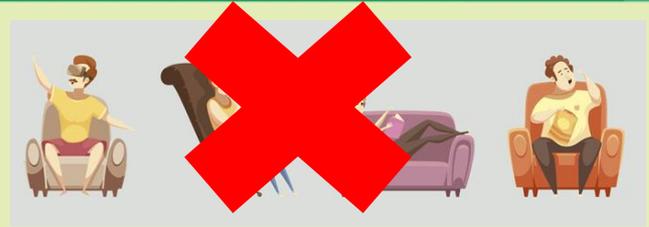
- 2º mais comum
  - Queda da própria altura
  - 5% espontâneas
  - Aumentam o risco de novas fraturas
  - Requer hospitalizações e cirurgias
- 
- 24 - 30% morrem no 1 ano.
  - 50% incapacitados ou dependentes
  - 20% CTI por longo período



# Tratamento

- Depende do diagnóstico da doença de base
- Precisa ser individualizado
- Não existe um tratamento único para todos os tipos de dor articular
- Medicamento sozinho não faz milagre - mudanças de hábitos e cuidar da saúde mental é fundamental

# Tratamento não medicamentoso



# Benefícios da Atividade Física

- Melhora o condicionamento físico
- Melhora a força muscular e a mobilidade
  - Melhora a qualidade do sono
    - Auxilia na redução da dor
    - Auxilia na perda de peso
      - Melhora a fadiga
    - Melhora a funcionalidade
    - Prevenção osteoporose
- Prevenção de doenças cardiovasculares



# Mensagens Finais



- Artrite e Artrose não são sinônimos .
- Dor articular não é queixa de idoso e precisa ser valorizada.
- Dor articular pode ser causada por inúmeras doenças.
- Hábitos de vida saudáveis são fundamentais para um tratamento eficaz
- Não existe um medicamento que trate todas as causas de dor articular.
- Cuidado com promessas milagrosas!

# Obrigada!

Quem tem Unimed tem mais.



Contato:

Email: [joanastarling@yahoo.com.br](mailto:joanastarling@yahoo.com.br)

Instagram: [@joanastarling.reumato](https://www.instagram.com/joanastarling.reumato)