

# Dores nas mãos: quando é preciso procurar o médico?

*Na presença de sintomas persistentes de dor na mão o médico Ortopedista especializado em Cirurgia da Mão deve ser consultado, para um diagnóstico correto e precoce da patologia.*

POR DR. MARCO AURÉLIO MORAES

A dor nas mãos é causa frequente de queixas nos consultórios médicos. Pode ser causada por diversas condições, tais como: artrites, tendinites, síndrome do túnel do carpo, esforços repetitivos e por fraturas ou ferimentos decorrente de acidentes. A mão tem função informativa - através da sensibilidade fina e precisa das pontas dos dedos, levando informações do ambiente que nos cerca ao cérebro - e executora, realizada pela ação coordenada dos seus diversos músculos, ossos e tendões, que permitem, por exemplo, que um músico realize os movimentos finos e precisos para tocar seu instrumento ao mesmo tempo que um operário pode realizar as ações vigorosas no manuseio de uma ferramenta.

## CAUSAS PARA DOR NAS MÃOS:

### ARTRITE

A artrite corresponde à inflamação de uma ou mais articulações e é a principal causa de dor na mão. Pode ocorrer em qualquer articulação do corpo mas é particularmente comum nas mãos e no punho. Embora existam muitos tipos de artrites, as mais comuns são a osteoartrite e a artrite reumatóide. A osteoartrite afeta tipicamente as pessoas de mais idade, iniciando-se os sintomas dolorosos à medida que ocorre o desgaste progressivo da cartilagem.

A artrite reumatóide, muitas vezes, intitulada de reumatismo, é uma doença crônica que cursa com inflamação das articulações e afeta muitas partes do corpo. As mãos são frequentemente atingidas numa fase inicial originando dor e rigidez articular, principalmente pela manhã.

### TENOSSINOVITE ESTENOSANTE (DEDO EM GATILHO)

O dedo em gatilho, também conhecido como tenossinovite estenosante, é uma causa frequente de dor na mão. Quando movemos os dedos, os seus tendões deslizam em túneis chamados polias. Em situações em que o deslizamento normal dos tendões dentro da sua polia é afetado, pode haver uma sensação de ressaltado quando se estica e dobra o dedo ou este pode ficar aprisionado numa posição fletida, estando muitas vezes associado a dor forte na base do dedo.

### SÍNDROME DO TÚNEL DO CARPO

A síndrome do túnel do carpo é uma causa frequente de dor e formigamento na mão e ocorre quando o nervo mediano, responsável pela sensibilidade da mão, encontra-se comprimido no seu canal ao nível do punho. Esta situação geralmente causa dor na palma da mão e dormência

do polegar, segundo, terceiro e, por vezes, quarto dedos poupando o dedo mínimo. O paciente pode se queixar de fraqueza e de derrubar frequentemente objetos que tenta segurar. Os sintomas são mais exacerbados à noite, despertando o paciente diversas vezes devido ao formigamento.

### CISTOS SINOVIAIS

Os cistos sinoviais do punho e mão geralmente não são dolorosos. Tipicamente apresentam-se como uma massa no dorso do punho mas também podem surgir em outras regiões da mão, como ao longo ou na ponta dos dedos. Uma vez que estes são preenchidos com líquido articular, os cistos sinoviais podem aparecer e desaparecer rapidamente ou mudar de tamanho e podem ser causa de dor ou dormência no punho e mão.

### TENDINITES E TENOSSINOVITES

A inflamação dos tendões e das bainhas





#### DR. MARCO AURÉLIO DE MORAES

Médico Ortopedista e Traumatologista formado pela Escola Paulista de Medicina da *Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP-EPM)*, é especialista em Cirurgia da Mão e Microcirurgia Reconstructiva pelo *Instituto de Ortopedia e Traumatologia do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP (IOT-HCFMUSP)*. Além disso, é Médico Preceptor do Ambulatório de Ortopedia e Traumatologia do *Centro Universitário das Faculdades Associadas - UNIFAE*, membro da *Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia (SBOT)* e da *Sociedade Brasileira de Cirurgia da Mão (SBCM)*.

que os protegem são causas muito comuns de dores no membro superior, sobretudo no ombro, cotovelo e punho. Existem diversas causas como infecções, doenças inflamatórias sistêmicas e, sobretudo em nosso meio, o esforço repetitivo, geralmente relacionado ao trabalho. Os sintomas principais são a dor que se acentua com a movimentação da articulação acometida ou quando os tendões são pressionados.

#### LESÕES TRAUMÁTICAS

Os acidentes envolvendo as mãos são extremamente frequentes, uma vez que estas estão constantemente expostas ao perigo em contextos tão diversos como quedas durante a prática desportiva e na atividade laboral, cortes, queimaduras, acidentes automobilísticos, entre outros. A mão e o punho são constituídos por 27 pequenos ossos que podem ser fraturados de formas muito diversas. Além disso, a mão possui uma anatomia ligamentar e tendinosa complexa que também pode ser sede de numerosas le-

sões traumáticas. As fraturas da mão ou lesões tendinosas/ligamentares podem evoluir de forma desfavorável se não tiverem a adequada avaliação pelo médico capacitado, e evoluir com consequências desastrosas para a função da mão.

#### DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO DAS LESÕES NAS MÃOS

Na presença de sintomas persistentes de dor na mão o médico Ortopedista especializado em Cirurgia da Mão deve ser consultado, de modo a poder ser efetuado o diagnóstico correto e precoce da patologia e, dessa maneira, ser prontamente instituído o tratamento adequado.

Após traumatismos é importante a avaliação com o Especialista em caráter de urgência, para que, após a realização do exame clínico adequado somado aos exames de imagem (radiografias, ultrassonografia, ressonância magnética, etc...), seja optado em conjunto com o paciente entre o tratamento cirúrgico ou conservador.

A Cirurgia da Mão é uma especialidade relativamente nova, que surgiu no

período da Segunda Guerra Mundial, conforme os médicos militares se deparavam com a necessidade crescente da evolução das técnicas cirúrgicas decorrentes dos traumas cada vez mais complexos envolvendo as mãos. No Brasil é reconhecida como Especialidade Médica desde 1959, representada pela *Sociedade Brasileira de Cirurgia da Mão (SBCM)*. O Cirurgião de Mão possui o conhecimento anatômico específico e treinamento em técnicas de microcirurgia, para poder trabalhar com a minúcia necessária que a especialidade demanda, para conseguir resultados funcionais cada vez mais precisos e satisfatórios, além de possibilitar uma reabilitação precoce.

QUER SABER MAIS? FALE CONOSCO:  
Centro Médico Integrado - S. J. da B. Vista  
Telefone: (19) 3623-6622

Policlínica - Casa Branca  
Telefone: (19) 3671-2331