

Estenose lombar tem diagnóstico difícil

Adriana Lorete

■ Doença degenerativa da coluna atinge milhares de brasileiros acima de 58 anos

CÍNTIA PARCIAS

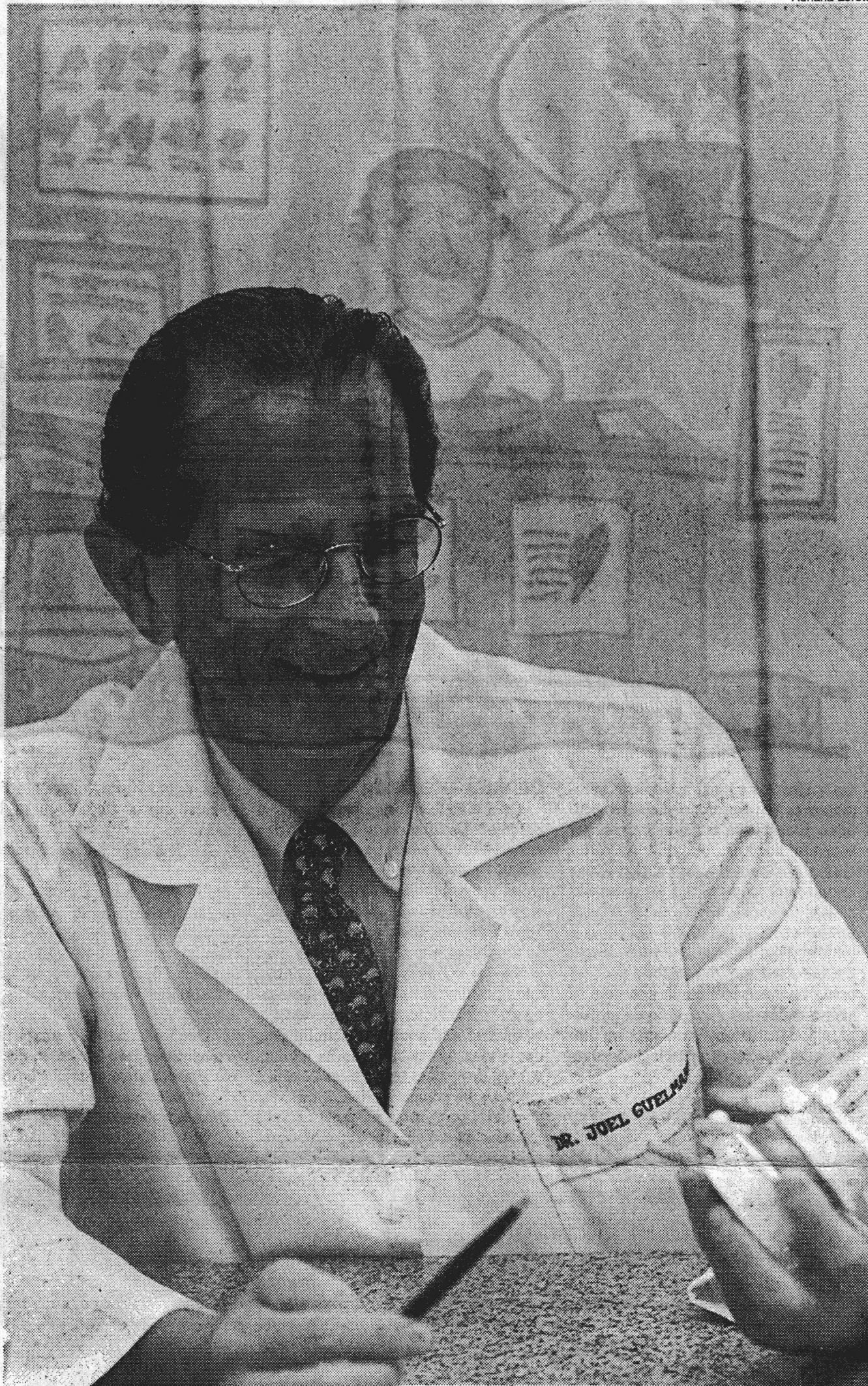
Após andar ou ficar em pé durante algum tempo, surgem dores na região lombar e, ao sentar, elas desaparecem. Inicialmente não há nada de alarmante nessa situação, mas ela pode ser uma das manifestações da estenose lombar, uma doença degenerativa da coluna que ocorre com a idade, enfermidade pouco conhecida e de diagnóstico difícil. "A maioria das pessoas que sentem os sintomas procura ortopedistas quando, na realidade, a doença tem fundos neurológicos", explica o neurocirurgião Joel Guelmann. A estenose, também chamada de estreitamento do canal lombar, atinge pessoas com idade acima de 58 anos. De acordo com o neurocirurgião, o problema afeta de 150 mil a 300 mil brasileiros.

Segundo Guelmann, os sintomas de fundo neurológico são uma dor incômoda e forte na região lombar ou nádegas que se manifesta durante o andar, dor irradiada para as coxas e pernas, dormência, formigamento, fraqueza e sensação de alfinetadas nas pernas. O diagnóstico preciso é fornecido através de ressonância magnética. "O alívio desses sintomas ao sentar, deitar ou flexionar o corpo para frente é outro sintoma", afirma o médico. Ao contrário de várias outras doenças, a estenose não pode ser prevenida por um estilo de vida saudável, com alimentação equilibrada e exercícios. "Trata-se de um processo degenerativo que evolui com a idade. A princípio, não existe uma predisposição orgânica. É um desgaste nos discos da coluna que não pode ser evitado e ocorre tanto em homens como em mulheres", explica Guelmann.

Mas o médico lembra que quem executa, durante vários anos seguidos, trabalhos braçais, ou de grande esforço físico, pode desenvolver a doença, da mesma forma que outros problemas de coluna. O tratamento é feito com medicamentos, fisioterapia e, em último caso, cirurgia, dependendo do estágio da degeneração. A fisioterapia é baseada, segundo Guelmann, em exercícios de alongamento que diminuem as dores, mas caminhadas são proibidas. "Na verdade a pessoa não fica curada, ela obtém um alívio dos sintomas e passa a conviver melhor com o problema. A cirurgia só é recomendada em último caso", comenta o médico, que diz que uma minoria de seus pacientes precisaria se submeter à cirurgia. "A decisão também vai depender da expectativa da pessoa. Se ela quer voltar a andar longas distâncias com frequência ou praticar esportes, a cirurgia é mais indicada", completa.

O aposentado Roberto Fimberg, 81 anos, que operou após uma forte crise de estenose, voltou a praticar seu esporte favorito: "Jogo tênis três vezes por semana". Roberto conta que teve dores violentas na coluna até que chegar ao ponto de desmaiar e ser internado. "No início, eu estava sendo tratado por um ortopedista, mas foi com a observação de Guelmann que descobri que tinha estenose e precisava operar", lembra Roberto.

Segundo o neurocirurgião, a operação pode ser feita em pessoas de até 90 anos, e o período de hospitalização varia de três a cinco dias. Dependendo do avanço da doença, a recuperação total ocorre em seis semanas. Porém a cirurgia não evita um novo caso de estenose, que pode ocorrer em outra vértebra da lombar, já que elas são separadas por discos que atuam como amortecedores dos choques sobre a coluna. Quando esses discos se desidratam, perdem sua função e causam um estreitamento no espaço entre as vértebras, o que ocasiona a doença.



Joel Guelman conta que a maioria das pessoas com sintomas de estenose procura ortopedistas e não neurologistas