

Peso pode degenerar discos da coluna

■ Estudo comprova que pressão excessiva nas costas desgasta cartilagens entre as vértebras

WASHINGTON – Excesso de esforço nas costas perturba o processo natural de regeneração do organismo e mata as células necessárias para recuperar os discos, cartilagens que ficam entre as vértebras e ajudam a absorver os impactos. “É o primeiro estudo a mostrar que cargas pesadas sobre a coluna levam a um remodelamento dos discos. Essa mudança estrutural é uma resposta ao estresse físico”, disse Jeffrey Lotz, pesquisador da Universidade da Califórnia, em São Francisco.

Os pesquisadores encontraram uma degeneração significativa nos discos de ratos de laboratório após forçá-los a levar cargas equivalentes às levadas por seres humanos em algumas profissões que incluem trabalho braçal mais pesado.

Os discos também parecem ter reduzido sua capacidade para atrair água e *reinflar* durante períodos de descanso, disse Lotz. Isso levou a um crescimento da cartilagem, uma coisa comum em discos humanos danificados. Os resultados do estudo podem levar ao desenvolvimento de novos tratamentos para um motivo de dor nas costas: a degeneração do disco. Nesse caso, os discos ficam desidratados e incapazes de sustentar forças sobre a coluna dorsal.

A injeção de células cartilaginosas pode reduzir a necessidade de cirurgia para fundir as vértebras, que é tratamento convencionai para discos degenerados. Lotz, que coordenou o estudo, apresentou suas conclusões na reunião anual da Sociedade Internacional para o Estudo de Espinha Lombar, em Bruxelas.