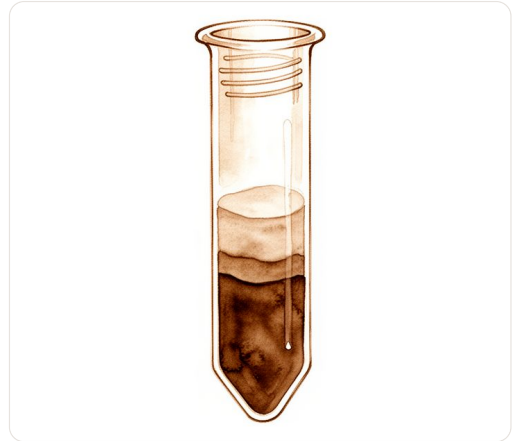


Plasma Rico em Plaquetas (PRP) e Terapias de Injeção

O PRP concentra plaquetas do seu próprio sangue e é utilizado em algumas condições tendíneas e articulares, com evidências mistas.

Kieran Hirpara © ⓘ 4.0



Esta página foi traduzida automaticamente e ainda não foi verificada por um médico. A **versão em inglês** é a versão oficial.

O que é

O plasma rico em plaquetas, ou PRP, é um tratamento que utiliza o seu próprio sangue para ajudar a curar articulações e tendões lesionados. O seu médico retira uma pequena amostra de sangue e a coloca numa centrífuga. Este processo separa as plaquetas do restante sangue. As plaquetas são as células que ajudam o corpo a reparar os tecidos. O resultado é um líquido concentrado, rico nestas células regeneradoras.

Esta terapia é frequentemente considerada para a osteoartrite por desgaste no joelho. Para esta condição, são recomendadas pelo menos duas injeções de PRP. O alívio sentido pode durar pelo menos 24 semanas. Também é utilizado para o cotovelo de tenista, conhecido como epicôndilo lateral, e para a inflamação das bainhas tendinosas, chamada tenossinovite crónica. Atletas com osteoartrite em grandes articulações podem beneficiar do PRP para apoiar as suas articulações durante a competição. Por vezes, é utilizado para lesões musculares agudas no desporto, embora isto seja seletivo.

O PRP funciona ao administrar uma dose elevada de sinais de regeneração diretamente na área problemática. A quantidade de alívio obtida depende frequentemente da concentração de plaquetas utilizada. Doses mais elevadas podem proporcionar um alívio sintomático mais significativo para condições como o cotovelo de tenista. O seu médico pode escolher diferentes tipos de PRP com base na sua **具体问题** específica. Por exemplo, alguns tipos reduzem a inflamação na osteoartrite inicial, enquanto outros promovem a reparação tecidual em casos avançados. Esta abordagem direcionada ajuda a reduzir a dor e a melhorar a sua capacidade de movimento e função.

Funciona?

A resposta depende da condição que você tem. Para a osteoartrite por desgaste do joelho, são recomendadas pelo menos duas injeções. Os benefícios duram pelo menos 24 semanas. Este tratamento melhora a função geral, especialmente em pacientes mais jovens. A combinação de PRP com ácido hialurônico (um gel lubrificante) é segura e pode aliviar a dor melhor do que o PRP isoladamente. Ambos os tipos de PRP – aqueles com leucócitos e aqueles sem – funcionam de maneira semelhante para os joelhos.

Para o cotovelo de tenista (epicondilite lateral), os resultados são mistos. Os corticosteroides proporcionam mais alívio a curto prazo. No entanto, o PRP apresenta melhores resultados a longo prazo em 6 e 12 meses. O PRP de alta dose proporciona alívio significativo dos sintomas. Contudo, alguns estudos de alta qualidade não mostram benefício em comparação com um placebo. Você deve interpretar esses resultados mistos com cautela devido às limitações dos estudos.

Para a dor no tendão de Aquiles, as evidências atuais não apoiam o uso de PRP. Não é mais eficaz do que um placebo. Você deve evitar este tratamento para problemas no tendão de Aquiles até que ensaios clínicos melhores estejam disponíveis. Para outras inflamações tendinosas crônicas, o PRP pode melhorar eficazmente a dor e a função. Seus resultados a médio prazo são superiores aos dos corticosteroides.

Na medicina esportiva, o PRP pode ajudar em lesões musculares agudas. Seu médico pode recomendá-lo para atletas. Para a morte óssea inicial no quadril (osteonecrose), a adição de PRP à cirurgia de descompressão central melhora a dor e a qualidade de vida. No entanto, para a reconstrução dos ligamentos do joelho (RCR), as evidências são fracas demais para afirmar se o PRP ajuda. Ele não ajuda rotineiramente na dor lateral do quadril (síndrome da dor do trocânter maior). Sempre discuta esses desfechos específicos com seu médico para verificar se o PRP é adequado para você.

É adequado para você?

Você é um bom candidato se tiver artrite por desgaste no joelho ou cotovelo de tenista. Para a artrite do joelho, espere receber pelo menos duas injeções. O alívio dura pelo menos 24 semanas. Você pode escolher entre dois tipos de plasma. Ambos funcionam igualmente bem para o seu joelho. Se você tiver cotovelo de tenista, doses mais altas proporcionam maior alívio dos sintomas. Esta terapia também é mais eficaz do que um placebo para a inflamação crônica dos tendões do pulso.

Seu médico pode adaptar o tratamento ao estágio da sua artrite. A artrite inicial responde bem a um tipo com baixa contagem de plaquetas e alta contagem de glóbulos brancos. Isso ajuda a reduzir o inchaço. A artrite avançada se beneficia mais de um tipo com alta contagem de plaquetas e baixa contagem de glóbulos brancos. Isso promove o reparo tecidual. Se você é um atleta competitivo com artrite em grandes articulações, esta terapia é recomendada para você. Ela também pode ajudar em lesões musculares agudas, embora os protocolos variem.

Provavelmente você não verá benefícios significativos se estiver passando por reconstrução do ligamento cruzado anterior. As evidências atuais não mostram uma melhora clara em relação à cirurgia padrão. Você

também deve estar ciente de que a qualidade dos estudos varia. Alguns estudos carecem de informações detalhadas sobre o plasma utilizado. Isso dificulta a previsão dos resultados para todos.

O custo e a disponibilidade dependem do seu risco de revisão e das taxas de preparo. O valor não é uniforme para todos os pacientes. Não há riscos cirúrgicos graves, mas você deve discutir esses detalhes com seu médico. Esta é uma decisão compartilhada baseada na sua condição e objetivos específicos.

A conclusão

As injeções de PRP podem ajudar na dor no joelho e na sensibilidade no cotovelo, mas os resultados variam conforme a condição. Para a artrose do joelho, são necessárias pelo menos duas injeções para um alívio que dure pelo menos 24 semanas. O PRP é mais eficaz do que os esteroides a longo prazo para problemas no cotovelo, mas não para os tendões do Aquiles. O seu médico pode ajustar a composição conforme o estágio da sua doença. Esteja ciente de que a qualidade dos estudos é frequentemente baixa, portanto, gerencie suas expectativas cuidadosamente.