

# Osteoartrite da Articulação Acromioclavicular

Vista anterior do ombro esquerdo, mostrando a articulação acromioclavicular (AC), onde a clavícula se encontra com o acrômio da escápula, além dos ligamentos circundantes e da articulação glenoumeral mais profunda.

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 você está sentindo

Provavelmente você sente dor na parte superior do ombro, onde a clavícula encontra a escápula. Esta é a sua articulação acromioclavicular. A dor pode permanecer leve por anos. De fato, 90% das pessoas com sinais iniciais nos raios-X não sentem nenhuma dor durante um período de 7 anos. No entanto, se os sintomas começarem, eles frequentemente seguem um padrão previsível.

A dor geralmente piora quando você move o braço através do corpo. Você pode senti-la ao alcançar uma prateleira alta ou atrás das costas para fechar um sutiã. Encaixar a camisa também pode desencadear uma pontada aguda. Levantar objetos, especialmente acima da cabeça, exerce pressão direta sobre essa articulação. Muitos pacientes descobrem que descansar o braço ao lado do corpo traz alívio. O movimento suave geralmente parece melhor do que permanecer completamente imóvel.

A dor noturna é uma queixa comum. Você pode acordar se rolar sobre o ombro afetado. O peso do seu corpo pressiona a articulação inflamada, dificultando encontrar uma posição confortável. Algumas pessoas notam que a dor é pior quando acordam pela manhã. Pode parecer rigidez até que você se movimenta por um tempo.

É importante saber que os achados de imagem nem sempre correspondem aos seus sintomas. Uma distinção entre a osteoartrite radiográfica da articulação acromioclavicular sintomática e assintomática é desnecessária. Todos os pacientes tiveram satisfação igual com o resultado da injeção acromioclavicular pré-operatória, independentemente do que os raios-X mostraram. Isso significa que seu nível de desconforto é o verdadeiro guia para o tratamento, não apenas a aparência da articulação em uma imagem.

Se você teve cirurgia anterior no ombro, como uma reparação do manguito rotador, a artrite não tratada nesta articulação está associada a uma baixa taxa de falha. Raramente causa problemas graves por si só. No entanto, se

você experimentar dor persistente que interfere nas tarefas diárias, como se vestir ou dormir, seu cirurgião pode discutir opções como injeções ou cirurgia menor para remover as extremidades ósseas desgastadas. Esses procedimentos fornecem alívio da dor previsível para casos sintomáticos.

## O que está realmente acontecendo

---

Sua articulação acromioclavicular (AC) situa-se no topo do ombro, onde a clavícula encontra a escápula. Pense nesta articulação como uma pequena dobradiça que permite que o braço se mova suavemente acima da cabeça. No interior, a cartilagem lisa atua como um amortecedor, acolchoando os ossos para que não se atritem uns contra os outros.

Na osteoartrite da articulação AC, esta cartilagem protetora desgasta-se ao longo do tempo. Trata-se essencialmente de uma artrite por desgaste. À medida que o acolchoamento se afina, os ossos roçam diretamente uns contra os outros. Esta fricção causa inflamação e dor, especialmente quando se atravessa o corpo com o braço ou se o levanta acima da cabeça. A cápsula articular, que é a bainha que envolve a articulação, também pode tornar-se rígida ou irritada, aumentando o desconforto.

Por vezes, os ligamentos que mantêm a clavícula no lugar estiram-se ou rompem-se. Isto pode fazer com que a clavícula fique mais elevada do que o normal, criando um inchaço visível. Quando isto acontece, o movimento normal da escápula altera-se. Estas alterações cinemáticas podem ser uma fonte potencial de dor e disfunção no ombro. Mesmo que a articulação pareça normal numa radiografia, o movimento alterado ainda pode causar sintomas.

É importante saber que nem todas as alterações numa radiografia significam que terá dor. A osteoartrite assintomática da articulação AC permaneceu assintomática em 90% dos pacientes ao longo de um período de 7 anos. Isto significa que muitas pessoas têm desgaste visível nas imagens, mas não sentem qualquer dor. A osteoartrite da articulação AC não tratada, seja sintomática ou não, encontrada durante a reparação artroscópica do manguito rotador está associada a uma baixa percentagem de falhas.

No entanto, se a artrite se tornar grave, pode levar a outros problemas. A osteoartrite grave da articulação acromioclavicular está associada a fraturas por stress do acrómio após artroplastia total do ombro reversa. O seu cirurgião irá analisar tanto os seus sintomas como as suas imagens para decidir se a articulação é realmente a fonte da sua dor.

O objetivo do tratamento é reduzir esta fricção e restaurar o movimento suave. Tanto as técnicas de artroplastia por ressecção aberta como as artroscópicas proporcionam um alívio da dor previsível na osteoartrite sintomática da articulação AC. Estes procedimentos envolvem a remoção de uma pequena parte da clavícula para criar mais espaço, permitindo que os ossos deslizem sem se atritarem. Esta simples alteração pode melhorar significativamente a função do ombro e reduzir a dor.

## O que podemos fazer a respeito

---

Você pode iniciar com o autocuidado e a fisioterapia. Essa abordagem conservadora é um tratamento inicial válido para muitas lesões do ombro e condições articulares. Seu cirurgião pode sugerir a modificação das atividades se você tiver osteólise, que é o desgaste do osso. A fisioterapia visa fortalecer os músculos ao redor do seu ombro para apoiar a articulação. Os tratamentos conservadores e cirúrgicos são ambos eficazes no manejo da osteoartrite da articulação acromioclavicular. Dê uma chance justa a este tratamento não operatório, pois ele é benéfico para a maioria dos pacientes com condições dolorosas nessa área.

Se a dor persistir, seu cirurgião pode discutir o manejo médico. Isso geralmente inclui medicamentos para dor e anti-inflamatórios para reduzir o inchaço e o desconforto. Você também pode considerar injeções na articulação acromioclavicular. Essas injeções oferecem uma taxa de sucesso de 1 ano de 47% em pacientes com osteoartrite acromioclavicular. A injeção ajuda a reduzir a inflamação e a dor diretamente no local da articulação. A pesquisa ainda está comparando diferentes tipos de injeções de esteroides para ver qual funciona melhor para a dor isolada na articulação. Embora alguns pacientes encontrem alívio duradouro, outros podem precisar explorar outras opções se o efeito da injeção desaparecer.

A cirurgia é considerada quando o tratamento conservador atingiu seu limite e a dor continua a afetar sua vida diária. Ambas as técnicas de artroplastia por ressecção aberta e artroscópica fornecem alívio da dor previsível para a osteoartrite sintomática da articulação acromioclavicular. Este procedimento envolve a remoção de uma pequena parte da clavícula para criar mais espaço e reduzir o atrito. A excisão limitada da clavícula distal reduz a dor e melhora a função do ombro no acompanhamento intermediário em pacientes resistentes ao tratamento conservador. Seu cirurgião determinará se você é um bom candidato com base em seus sintomas específicos e nos resultados das imagens. Para alguns, essa simples remoção de tecido ósseo é suficiente para restaurar o conforto e o movimento sem a necessidade de reconstrução mais complexa.

## O que esperar

---

Se você for diagnosticado com artrite por desgaste na articulação acromioclavicular (AC), mas não tiver dor, é provável que permaneça assim. Em 90% dos pacientes, a osteoartrite assintomática da articulação AC permaneceu assintomática durante um período de 7 anos. Você não precisa se preocupar com esse achado se ele não estiver causando incômodo. É comum observar sinais de artrite em exames de imagem mesmo na ausência de sintomas.

Se você tiver dor, o prognóstico depende de como você a gerencia. As injeções na articulação oferecem uma taxa de sucesso de 1 ano de 47%. Isso significa que quase metade dos pacientes encontra alívio duradouro com esse tratamento. Se as injeções não ajudarem, seu cirurgião pode recomendar um procedimento para remover uma pequena parte da clavícula. Essa excisão limitada da clavícula distal reduz a dor e melhora a função do ombro no acompanhamento intermediário para pacientes que não respondem ao tratamento conservador.

Você pode esperar alívio previsível da dor se optar pela cirurgia. Tanto as técnicas de ressecção aberta quanto as artroscópicas proporcionam esse alívio. No entanto, cada abordagem tem um conjunto único de complicações potenciais. Seu cirurgião discutirá qual método é o melhor para sua anatomia e estilo de vida específicos.

Se você deixar a artrite sintomática sem tratamento, ela pode persistir. Alguns pacientes experimentam desconforto contínuo que limita as atividades diárias. Se você se submeter a outras cirurgias no ombro, como o reparo do manguito rotador, a osteoartrite não tratada da articulação AC está associada a uma baixa taxa de falha. No entanto, a osteoartrite está geralmente associada a resultados clínicos finais piores após o reparo do manguito rotador. Um manguito rotador não cicatrizado ou que se rompe novamente também aumenta o risco de desenvolver essa artrite.

Nos casos graves, particularmente se você estiver recebendo uma prótese de ombro reversa, a osteoartrite grave da articulação AC está associada a fraturas por estresse do acrômio. A osteoartrite radiográfica da articulação AC é comum em pacientes que se submetem a esse tipo de cirurgia. Seu cirurgião monitorará esses riscos de perto.

No geral, o curso da artrite da articulação AC varia. Ela pode se resolver com o tratamento conservador, persistir apesar do tratamento ou progredir lentamente. A maioria dos pacientes observa que os tratamentos direcionados proporcionam melhora significativa na função e no conforto.

## Quando procurar ajuda

---

Consulte o seu médico de família se tiver dor persistente que não melhora com o repouso. Solicite uma avaliação especializada se notar fraqueza ou instabilidade no ombro. Procure atendimento se a articulação bloquear ou ceder. Contacte o seu cirurgião se os sintomas interferirem no seu sono ou trabalho. O piora súbita da dor também é um motivo para procurar ajuda. Note que a artrose assintomática por desgaste frequentemente permanece indolor durante sete anos. No entanto, problemas não tratados podem, por vezes, afetar outras reparações do ombro. O seu médico irá avaliar a sensibilidade à palpação e discutir se uma injeção pode ser benéfica. Uma avaliação precoce garante que receba o tratamento adequado antes que a condição progrida.