

# Maioria desconhece doença que mais leva a cirurgia de coluna em idosos

Por Elioenai Paes | 18/01/2016 05:00

COMPARTILHE



Tamanho do texto



Home iG › Saúde › Minha Saúde

**Envelhecimento da coluna pode pouco a pouco passar a restringir movimentos, como aquele necessário até para uma pequena caminhada**





Thinkstock Photos

Estenose do canal medular ou estreitamento de medula atinge idosos e pode causar perda de movimentos nas pernas e braços

“Essa é uma informação muito importante, porque é bastante comum e pouca gente conhece”, alerta o neurocirurgião do Hospital das Clínicas de São Paulo, Vinicius Monteiro Paula Guirado, sobre a estenose do canal medular ou estreitamento de medula que atinge idosos e pode causar perda de movimentos nas pernas e braços.

Aqueles acima de 60 anos começam a se queixar de um peso nas pernas ao caminhar. Anteriormente caminhavam até alguns quilômetros, agora só conseguem transpor 500 metros sem pausas para descansar os membros inferiores. Depois de um tempo, a queixa acontece em 300 metros.

Depois de mais um tempo, não conseguem caminhar 100 metros sem que antes tenham feito uma pausa “para recuperar as forças das pernas”. Ao tentar abotoar a camisa, surge uma dificuldade. O copo começa a escorregar das mãos com mais facilidade.

Em vez de aceitar esse sinal como um processo natural do envelhecimento, o idoso deve procurar um médico já que isso pode ser um sinal de estenose do canal medular, mais conhecido como compressão da medula espinhal, uma das maiores causas de indicação de cirurgia em pessoas da terceira idade – e de perda de movimentos. A medula está localizada na coluna.

Mais frequente na população idosa, esse estreitamento do canal medular acontece por causa do envelhecimento da coluna, principalmente em decorrência da artrose. O canal, na juventude e idade adulta, é protegido pelas vértebras da coluna. Quando a coluna começa a envelhecer, há um deslocamento das vértebras, comprimindo a medula e impedindo que os sinais nervosos passem ali.

O resultado é uma lenta restrição de moviment

**“ Quanto mais você cuidar do seu corpo, menos você terá problemas. Manter atividade física é absolutamente fundamental para ter uma boa saúde”**

O resultado é uma lenta restrição de movimento em que o idoso passa a notar que precisa de um esforço extra para as mesmas atividades, como andar ou mexer os braços.

O professor de reumatologia da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), Jamil Natour, explica que há algumas pessoas que nascem com esse canal medular já estreito, mas não maiores problemas durante a vida. Quando, no entanto, esse estreitamento é adquirido por causa da artrose ou outros problemas, pode acontecer problemas.

“Muitas vezes esse estreitamento tem a ver com postura, atividade que fez durante a vida ou trauma. Na verdade, a maior parte das pessoas que chegam à fase idosa tem artrose na coluna”, explica. “Algumas tem sintomas, mas muita gente tem artrose e não sente nada”.

### **Fraqueza nos membros inferiores é o primeiro sinal**

O ortopedista do Hospital Bandeirantes, Maurício de Moraes, explica que esse estreitamento na medula pode acontecer na região lombar ou cervical. Quando acontece na lombar, a fraqueza acomete apenas os membros inferiores. Quando é na região cervical, a fraqueza também pode atingir os braços.

---

#### **Veja também:**

- Pressão alta na meia idade pode afetar a memória na velhice
  - Solidão na velhice aumenta mais risco de morte do que obesidade
  - Os idosos e as quedas: uma relação que pede muito zelo; veja dicas
- 

“É uma doença degenerativa que aparece mais em pessoas acima dos 60 anos. Cerca de 20 a 30% dessas pessoas precisarão de cirurgia, quando os casos são graves”, explica. Essa cirurgia pode ser a convencional ou a minimamente invasiva, dependendo do caso.

Para casos menos graves é possível fazer essa descompressão por meio de exercícios de fisioterapia.

### **Tratamento**

“Normalmente administramos analgésicos para indivíduos que tem mais dor, usamos antiinflamatórios com cautela, pois são idosos, e também é possível fazer infiltrações de corticoide na coluna, mas o mais importante é a reabilitação”, diz Natour.

Segundo ele, normalmente a pessoa participa de um programa de reabilitação por meio de exercícios físicos. “Fisioterapia e eventualmente até atividade física que tenha a ver com correção postural e melhora muscular do tronco”, detalha.

Segundo o neurocirurgião Coordenador da Comissão de Títulos de Especialista e membro da Sociedade Brasileira de Neurocirurgia (SBN), Jefferson Walter Daniel, atividades físicas, de acordo com a capacidade clínica de cada indivíduo, sempre são indicadas. "A fisioterapia, reeducação postural global, Pilates, entre outros, fortalecem a musculatura. A acupuntura ameniza os sintomas da dor quando as atividades físicas mencionadas não são possíveis" recomenda.

### **Como prevenir**

O neurocirurgião do Hospital das Clínicas de São Paulo explica que uma vida saudável, sem dúvida, ajuda na prevenção do estreitamento do canal medular.

“Isso implica em qualquer aspecto da vida. A dieta e o comportamento minimizam ou atrasam o envelhecimento do corpo e, conseqüentemente, da coluna. Isso é algo já bem conhecido”, diz ele.

“Quanto mais você cuidar do seu corpo, menos você terá problemas. Manter atividade física é absolutamente fundamental para ter uma boa saúde”, recomenda Guirado.

Leia mais sobre saúde

Link deste artigo: <http://saude.ig.com.br/minhasaude/2016-01-18/maioria-desconhece-doenca-que-mais-leva-a-cirurgia-de-coluna-em-idosos.html>

**Faça seus comentários sobre esta matéria mais abaixo.**

## Leia Mais

---



**Depois de tomar sol, casal contrai bicho geográfico nas nádegas**



**Bêbado, homem ch ao hospital com en; dentro de seu ânus**

Recomendado por

## Comentários

---

0 comentários

Classificar por **Mais recentes** ▾



Adicionar um comentário...

 Plugin de comentários do Facebook

## Mais Recentes

---



09/03/2018 21:03:07

**Teste para identificar anticorpos do Zika pode ajudar no controle da doença**



09/03/2018 19:46:23

**Governo recomenda vacinação contra poliomielite para evitar importação da doença**



08/03/2018 20:53:27

**“Não é preocupante”, diz ministro da Saúde sobre sarampo em Roraima**