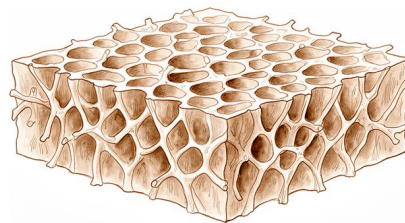


PATIENT INFORMATION

Saúde Óssea e Osteoporose

O osso é um tecido vivo; sua estrutura interna em favo de mel torna-se mais fina com a idade e a osteoporose, aumentando o risco de fratura.

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

Você pode notar dor no ombro que piora com o movimento. Colocar a mão atrás das costas para fechar o sutiã pode se tornar difícil. Guardar a camisa dentro da calça também pode parecer desconfortável ou doloroso. O desconforto frequentemente se intensifica à noite, dificultando o sono do lado afetado. Isso é comum mesmo se você tiver diminuição da densidade mineral óssea, que é um sinal de ossos mais fracos.

Apesar desses sintomas, muitos pacientes ainda obtêm excelentes resultados dois anos após a reparação artroscópica do manguito rotador. Este procedimento utiliza pequenas câmeras e instrumentos para reparar os tendões rasgados no ombro. Seu cirurgião avaliará sua situação específica para determinar a melhor abordagem. A osteoporose não deve impedir você de realizar esta cirurgia, pois as taxas gerais de complicações permanecem baixas. No entanto, ter osteoporose significa que você está em maior risco de complicações e reoperações um a três anos após a reparação.

Esteja ciente de que pacientes com osteoporose podem enfrentar uma maior chance de problemas médicos nos primeiros 90 dias após a cirurgia do manguito rotador em comparação com aqueles que têm ossos saudáveis. É importante discutir sua saúde óssea com sua equipe de cuidados. Baixas taxas de uso de medicamentos para osteoporose são observadas em pacientes que sofreram fraturas do colo do fêmur, mesmo quando as diretrizes recomendam tratamento. Abordar sua densidade óssea agora pode ajudar a apoiar sua recuperação e a função do ombro a longo prazo.

O que está realmente acontecendo

A osteoporose significa que seus ossos se tornaram fracos e frágeis. Pense em um osso saudável como uma colmeia densa. Na osteoporose, os buracos nessa colmeia aumentam de tamanho. Isso torna a estrutura

quebradiça e mais propensa a fraturas. Você pode não sentir dor até que ocorra uma fratura. No entanto, ossos fracos também podem afetar a cicatrização das suas articulações após a cirurgia.

Por exemplo, se você tiver uma cirurgia no ombro, a osteoporose é um fator de risco para complicações e reintervenções aos 1 e 3 anos. Isso ocorre porque o osso precisa ser forte o suficiente para manter a reparação no lugar. Apesar desse risco, a osteoporose não deve ser considerada um motivo para evitar a reparação artroscópica do manguito rotador. As taxas gerais de complicações são baixas. Na verdade, pacientes com densidade óssea reduzida ainda podem obter excelentes resultados em 2 anos após esse procedimento.

É importante saber que a osteoporose pode aumentar o seu risco de outros problemas. Pacientes com osteoporose podem experimentar uma incidência maior de complicações médicas dentro do período global de 90 dias do que pacientes não osteoporóticos após a reparação do manguito rotador. Isso significa que você precisa de monitoramento cuidadoso nos primeiros três meses após a cirurgia.

Seu cirurgião pode usar técnicas específicas para apoiar a sua cicatrização. Para procedimentos na coluna, o cimento ósseo contínuo e o tratamento padronizado são garantias de bons resultados clínicos para a vertebroplastia percutânea. O volume injetado de cimento ósseo maior que 5,5 ml pode ser uma garantia de bons resultados clínicos para a vertebroplastia percutânea. Essas etapas ajudam a estabilizar o osso e reduzir a dor.

Também existem muitas maneiras de gerenciar a saúde óssea. Produtos naturais de medicina tradicional chinesa fornecem uma base teórica e experimental para o desenvolvimento de novos medicamentos e para a melhoria do manejo da osteoporose. A acupuntura mostra eficácia promissora na melhora dos sintomas da osteoporose primária como uma intervenção física na prática clínica. Além disso, otimizar o momento da administração de teriparatida pode orientar estratégias de dosagem personalizada para aumentar a formação óssea e reduzir o risco de fraturas na osteoporose.

Sua equipe de cuidados está trabalhando para manter seus ossos fortes. Um modelo de envelhecimento baseado na densidade óssea pode facilitar e apoiar o desenvolvimento de estratégias de medicina de precisão na prevenção e no manejo da osteoporose. Isso ajuda a adaptar o seu tratamento às suas necessidades específicas. A terapia sequencial anabólica seguida de anti-reabsortiva pode informar diretrizes de tratamento para populações pós-menopáusicas de alto risco. Essas abordagens visam construir novo osso e impedir que ele se decompõe muito rapidamente.

O que esperar

Seu prognóstico depende em grande parte de quão ativamente você e seu cirurgião gerenciam a saúde óssea. A osteoporose é uma condição na qual os ossos se tornam fracos e frágeis. Com o cuidado moderno, isso não é uma sentença de declínio inevitável. Novas abordagens, como o uso de exames de densidade óssea para personalizar seu tratamento, ajudam seu cirurgião a criar um plano exclusivo para você. Essa estratégia personalizada visa fortalecer seus ossos e reduzir o risco de fraturas.

Se você receber tratamento, o objetivo é reconstruir a força. Seu cirurgião pode recomendar medicamentos ou terapias específicas que incentivem o crescimento ósseo novo. Alguns pacientes também encontram alívio por meio de intervenções físicas, como a acupuntura, que pode ajudar a aliviar a dor e melhorar o conforto diário. A

chave é a consistência. Quando o tratamento é bem gerenciado – como o uso da quantidade adequada de cimento ósseo para procedimentos na coluna –, você pode esperar resultados estáveis e positivos que apoiam sua mobilidade e qualidade de vida.

Se a osteoporose não for gerenciada, os riscos aumentam significativamente. Ossos fracos estão mais propensos a fraturas, o que pode levar a complicações graves. Por exemplo, pacientes com osteoporose frequentemente enfrentam uma maior chance de problemas médicos nos três meses seguintes a outras cirurgias, como a reparação do manguito rotador. No entanto, ter osteoporose não significa que você não possa realizar uma cirurgia. Muitos pacientes ainda alcançam excelentes resultados dois anos após procedimentos como a reparação do manguito rotador, mesmo com menor densidade óssea. A principal conclusão é que a osteoporose é um fator de risco, não uma barreira. Ela requer atenção cuidadosa para prevenir complicações e reoperações um e três anos após a cirurgia.

A recuperação é diferente para todos. Alguns dias podem ser mais fáceis do que outros. O caminho a seguir envolve monitorar de perto sua saúde óssea e seguir seu plano de tratamento. Ao permanecer proativo, você dá a si mesmo a melhor chance de manter a força e a independência. Seu cirurgião o guiará em cada etapa, garantindo que seu cuidado evolua conforme suas necessidades mudam.