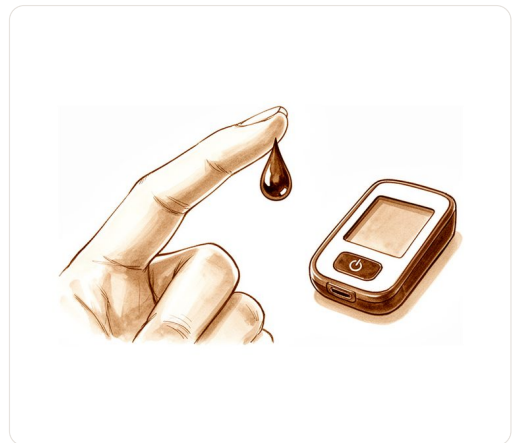


Diabetes e Condições do Membro Superior

O diabetes torna várias condições da mão — dedo em gatilho, síndrome do túnel do carpo, rigidez — mais comuns e de resolução mais lenta.

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 parece vir do interior profundo da articulação. Em pessoas com diabetes, essa dor pode ser um sinal de ombro congelado. Essa condição endurece a cápsula do ombro, dificultando o movimento. Você também pode perceber que alcançar as costas para fechar um sutiã ou guardar uma camisa dentro da calça se torna muito difícil. A dor frequentemente se intensifica à noite, dificultando o sono de lado.

Os sintomas na mão também podem aparecer sem qualquer lesão. Você pode experimentar dor e inchaço súbitos na mão. Isso é conhecido como mionecrose diabética espontânea. Pode parecer uma infecção ou inflamação, mas surge espontaneamente. Esteja ciente de que as infecções na mão podem se tornar mais graves se seus níveis de açúcar no sangue não estiverem bem controlados. Esse risco foi observado durante a pandemia de COVID-19 e continua sendo importante hoje. Se você tiver doença renal junto com diabetes, seu cirurgião pode recomendar atendimento hospitalar para infecções na mão, em vez de tratá-las em casa.

Formigamento ou dormência na mão e nos dedos é outro problema comum. Isso é frequentemente síndrome do túnel do carpo. Pesquisas mostram que substâncias chamadas produtos finais de glicação avançada se acumulam nos tecidos ao redor dos seus tendões flexores. Esse acúmulo está associado ao desenvolvimento da síndrome do túnel do carpo em pacientes diabéticos. Se você está considerando cirurgia, seu cirurgião desejará monitorar seus níveis de HbA1c primeiro. Isso ajuda a melhorar os resultados cirúrgicos.

A obesidade também pode desempenhar um grande papel. Ela pode ter uma ligação semelhante ou até mais forte com a síndrome do túnel do carpo do que a diabetes isoladamente. Ter tanto obesidade quanto diabetes aumenta o risco, elevando a chance de você desenvolver esses sintomas. Além disso, se você tiver ombro congelado primário, há uma prevalência de 37,5% de pré-diabetes entre os pacientes. Manter seu diabetes sob

controle ativo e fazer exercícios regulares para o membro superior pode ajudar a retardar o desgaste do tendão supraespinhal, mesmo que você ainda não tenha dor.

O que está realmente acontecendo

O diabetes altera a forma como o seu corpo processa o açúcar, o que pode danificar os tecidos ao longo do tempo. A hiperglicemia leva ao acúmulo de produtos residuais chamados produtos finais de glicação avançada (AGEs). Essas substâncias pegajosas aderem ao revestimento dos tendões flexores do punho. Esse espessamento comprime o nervo mediano, causando a síndrome do túnel do carpo. É como uma corda que se desfaz e incha dentro de um tubo apertado.

No ombro, o diabetes aumenta o risco de ombro congelado. A cápsula articular é a capa de tecido que envolve a articulação do ombro. Em algumas pessoas com diabetes, essa capa torna-se inflamada e rígida. Essa rigidez limita o movimento e causa dor. É importante notar que 37,5% dos pacientes com ombro congelado primário têm pré-diabetes. Isso significa que o seu açúcar no sangue pode estar mais alto do que o normal, mesmo que você ainda não tenha recebido um diagnóstico de diabetes pleno.

Suas mãos também são vulneráveis. O diabetes pode causar dor e inchaço súbitos na mão sem qualquer lesão. Isso é chamado de mionecrose diabética. Ocorre quando o tecido muscular se decompõe devido ao mau fluxo sanguíneo e aos altos níveis de açúcar. Pode parecer uma infecção ou inflamação, mas é um resultado direto da doença.

O mau controle do diabetes também torna as infecções mais difíceis de tratar. Se você desenvolver uma infecção na mão, ela pode ser mais grave. Isso é especialmente verdadeiro se os seus níveis de açúcar no sangue não estiverem bem controlados. A combinação de diabetes e doença renal aumenta o risco de falha do tratamento ambulatorial. Você pode precisar de cuidados hospitalares para eliminar a infecção com segurança.

Finalmente, o diabetes pode enfraquecer o tendão do supraespinhal no seu ombro. Este tendão ajuda a levantar o braço. Mesmo que você ainda não sinta dor, o tendão pode estar em degeneração. O controle ativo do seu diabetes e exercícios regulares do membro superior podem ajudar a atrasar esse dano. Manter o seu açúcar no sangue estável protege a integridade estrutural dos seus tendões e articulações.

O que esperar

O seu prognóstico depende fortemente de quão bem você controla a glicemia. Manter o diabetes sob controle ativo e realizar exercícios regulares da extremidade superior podem ajudar a retardar o desgaste do tendão supraespinhal. Isso é especialmente verdadeiro se você tiver diabetes tipo II, mas ainda não apresentar dor. Se você ignorar essas medidas, a degeneração pode progredir mais rapidamente.

A dor no ombro em pessoas com diabetes pode ser um sinal de ombro congelado. Esta é uma condição em que a articulação do ombro fica rígida e dolorosa. É importante saber que 37,5% dos pacientes com ombro congelado primário também têm pré-diabetes. Isso significa que os seus níveis de glicose no sangue estão mais altos do que

o normal, mas ainda não são altos o suficiente para serem chamados de diabetes. O seu cirurgião procurará essa relação ao avaliar a sua dor.

Os sintomas na mão exigem atenção cuidadosa. Se você tiver dor e inchaço súbitos e inexplicáveis na mão sem qualquer lesão, informe o seu médico imediatamente. Isso pode ser mionecrose diabética espontânea, uma condição rara em que o tecido muscular se decompõe. Frequentemente, é confundida com infecção ou inflamação. O diagnóstico precoce é fundamental para evitar confusão com outras condições graves, como infecções ou problemas de fluxo sanguíneo.

As infecções na mão podem se tornar mais graves em pessoas com diabetes, particularmente se o controle da glicose no sangue for inadequado. Esse risco foi destacado durante a pandemia de COVID-19. Se você tiver diabetes e doença renal, o seu risco de falha no tratamento de infecções na mão é maior. O seu cirurgião pode recomendar internação hospitalar em vez de tratamento ambulatorial para garantir que a infecção seja eliminada completamente.

A síndrome do túnel do carpo também é mais comum em pessoas com diabetes. Isso ocorre quando a pressão se acumula sobre o nervo mediano no seu pulso. O acúmulo de certas proteínas nos seus tendões, conhecidas como produtos finais de glicação avançada, desempenha um papel nesse desenvolvimento. Se você precisar de cirurgia para a síndrome do túnel do carpo, o seu cirurgião verificará os seus níveis de glicose no sangue a longo prazo (HbA1c) antes do procedimento. Um bom controle antes da cirurgia leva a melhores resultados.

A obesidade também afeta o seu risco. Ela pode ter uma ligação mais forte com a síndrome do túnel do carpo do que o diabetes isoladamente. Ter tanto obesidade quanto diabetes aumenta ainda mais o seu risco. Gerenciar o seu peso e a glicose no sangue em conjunto oferece a melhor proteção contra essas condições da extremidade superior.