

Fratura do Húmero Proximal

Raio-X mostrando uma fratura na parte superior do osso do braço, logo abaixo da articulação do ombro.

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 provavelmente sentirá uma dor aguda na parte superior do braço, perto da articulação do ombro. Essa dor frequentemente irradia para baixo pelo braço ou para cima em direção ao pescoço. A lesão é uma fratura na parte superior do osso do braço, que pode ocorrer se você cair ou se os seus ossos estiverem enfraquecidos pelo afinamento relacionado à idade.

A dor geralmente piora quando você tenta mover o braço. Tarefas simples, como levantar uma xícara, alcançar uma prateleira ou guardar a camisa dentro da calça, podem tornar-se difíceis ou impossíveis. Você pode ter dificuldade em alcançar as costas para fechar um sutiã ou abotoar uma camisa. Até mesmo movimentos leves podem desencadear uma exacerbação do desconforto.

Muitas pessoas notam que a dor é mais intensa à noite. Deitar-se do lado lesionado é frequentemente doloroso demais, por isso você pode ter dificuldade em encontrar uma posição confortável para dormir. Acordar com o ombro rígido e dolorido é comum. Manter o braço em uma tipóia pode ajudar a reduzir a dor ao manter o osso fraturado imóvel. No entanto, manter o braço imóvel por longos períodos também pode fazer com que a articulação fique rígida e tensa.

Embora a dor seja intensa, é importante saber que a maioria dessas fraturas cicatriza bem sem cirurgia. Seu cirurgião orientará sobre como proteger o braço enquanto ele cicatriza. Na grande maioria dos casos, o tratamento não cirúrgico leva a uma cicatrização bem-sucedida e taxas de consolidação superiores a 90%. Isso significa que o osso se une corretamente para a maioria dos pacientes.

Se você é um adulto mais velho, o seu plano de tratamento considerará a sua saúde geral e a força óssea. Para adultos mais jovens com menos de 65 anos, a cirurgia nem sempre é melhor do que o repouso e o suporte. Seu cirurgião analisará as imagens para ver exatamente onde está a fratura e decidirá o melhor caminho a seguir.

Para alguns pacientes mais velhos com fraturas mais complexas, pode-se discutir a substituição da articulação. Essa opção oferece resultados duradouros para o tratamento de fraturas agudas em adultos mais velhos. É uma escolha segura e razoável quando o dano ósseo é grave.

A maioria das crianças com esse tipo de fratura cicatriza rapidamente, com poucas complicações. Se você está cuidando de uma criança, o prognóstico é geralmente muito positivo.

Esteja ciente de que essa lesão pode impactar significativamente a sua vida diária. Pode causar incapacidade temporária e reduzir o seu senso de bem-estar. No entanto, com cuidados adequados e paciência, a maioria das pessoas recupera o uso do braço. Siga as orientações do seu cirurgião sobre movimento e repouso para apoiar a sua recuperação.

O que está realmente acontecendo

A extremidade superior do úmero é um volume de controle complexo para o movimento do ombro. Quando você cai, essa área pode se fragmentar. As partes mais críticas são os tubérculos, que são saliências ósseas onde os tendões do manguito rotador se inserem. Pense nesses tendões como cordas fortes que levantam e rotacionam seu braço. Se esses tubérculos se deslocarem, as cordas perdem sua âncora. Isso altera a forma como a força é transmitida através da articulação do ombro. Mesmo pequenos desvios na posição podem alterar significativamente a maneira como a articulação se move e suporta carga.

Seu cirurgião avalia a estabilidade dessas conexões. A cápsula articular é a capa ao redor do ombro, e a cartilagem é o revestimento liso nas extremidades ósseas. Quando os fragmentos ósseos se deslocam, eles podem esfregar uns contra os outros ou exercer pressão desigual sobre a cartilagem. Isso causa dor e limita sua amplitude de movimento. Em alguns casos, o suprimento sanguíneo para a cabeça óssea fica comprometido. Isso pode levar à rigidez ou fraqueza se os fragmentos não se curarem no alinhamento correto.

Entendemos que as opções de tratamento dependem da sua idade e do padrão específico da fratura. Para muitas fraturas em um único fragmento, nas quais o osso está fraturado, mas ainda alinhado, o tratamento não operatório funciona bem. A maioria dos adultos mais velhos com essas fraturas estáveis continua a receber tratamento não cirúrgico com resultados positivos. O manejo não cirúrgico demonstra resultados bem-sucedidos e taxas de consolidação superiores a 90%. Isso significa que o osso se cura adequadamente sem cirurgia na grande maioria dos casos.

No entanto, se os fragmentos ósseos estiverem deslocados ou instáveis, seu cirurgião pode recomendar cirurgia. O objetivo é restaurar a anatomia para que seus tendões possam puxar efetivamente novamente. Utilizamos placas bloqueadas ou hastes para manter os fragmentos unidos enquanto se curam. Isso fornece fixação estável para o úmero proximal. Em casos graves, nos quais o osso está muito danificado para ser reparado, podemos considerar a substituição articular. Essa opção oferece evidências convincentes de eficácia e durabilidade funcional no tratamento de fraturas agudas do úmero proximal em adultos mais velhos.

O que podemos fazer a respeito

A forma como abordamos o seu cuidado reflete como o Dr. Kieran Hirpara, cirurgião de membro superior no Mater Private Hospital Rockhampton, gerencia essas lesões em nossa clínica. A maioria das fraturas da parte proximal do úmero em um fragmento cicatriza bem sem cirurgia. Na grande maioria dos casos, o tratamento não operatório leva a resultados positivos. As taxas de consolidação para o manejo não cirúrgico são superiores a 90%. Sua jornada frequentemente começa com o autocuidado e a fisioterapia. Podemos usar uma atadura para apoiar seu braço. Períodos curtos ou longos de imobilização produzem resultados semelhantes, por isso adaptamos a duração ao seu conforto e ao padrão da fratura. A fisioterapia visa restaurar o movimento e a força à medida que o osso cicatriza. A maioria dos adultos mais velhos com essas fraturas continua a receber esse tipo de cuidado com bons resultados funcionais.

O manejo médico concentra-se em mantê-lo confortável enquanto o osso consolida. Utilizamos analgésicos e anti-inflamatórios para controlar o desconforto. Se o inchaço ou a rigidez persistirem, podemos discutir injeções. Injeções de cortisona reduzem a inflamação e a dor por um período limitado. Injeções de ácido hialurônico lubrificam a articulação para melhorar o movimento. Injeções de plasma rico em plaquetas (PRP) utilizam seus próprios componentes sanguíneos para apoiar a cicatrização. Essas opções ajudam a gerenciar os sintomas quando o tratamento conservador por si só não é suficiente. Para problemas degenerativos ou de longa data, geralmente tentamos primeiro essas etapas não operatórias. Consideramos a cirurgia apenas quando elas não proporcionaram melhora suficiente.

A cirurgia é considerada quando o tratamento conservador atingiu seu limite ou quando a fratura é complexa. Para fraturas deslocadas em dois fragmentos em pacientes com 60 anos ou mais, não há diferença significativa nos resultados clínicos aos 2 anos entre a cirurgia e o tratamento não operatório. No entanto, para fraturas em três ou quatro fragmentos em pacientes mais velhos, a cirurgia pode oferecer melhores resultados funcionais a longo prazo. A artroplastia total reversa do ombro (substituição da articulação) é uma opção razoável e segura para adultos mais velhos com fraturas graves. Ela fornece resultados funcionais eficazes e duradouros. O tratamento percutâneo de fraturas selecionadas também resulta em consolidação previsível com uma baixa taxa de complicações. A taxa de complicações após o tratamento operatório é alta, por isso reservamos a cirurgia para cenários específicos. Para problemas estruturais ou agudos, a cirurgia pode ser recomendada imediatamente. Apresentamos essas opções como uma decisão compartilhada, com base na sua idade, na qualidade óssea e no padrão da fratura.

O que esperar

Sua perspectiva depende em grande parte da sua idade e da gravidade da fratura. Para a maioria dos adultos mais velhos, essas fraturas cicatrizam bem sem cirurgia. O manejo não cirúrgico leva à cicatrização bem-sucedida em mais de 90% dos casos. É provável que você use uma atadura por um curto período, como uma semana, ou por um período mais longo, como três semanas. Ambas as opções produzem resultados semelhantes. A maioria dos pacientes recupera boa função com essa abordagem.

Se você tiver menos de 65 anos, seu cirurgião pode discutir a cirurgia. No entanto, as evidências não mostram um benefício claro da operação em relação aos cuidados não cirúrgicos para adultos abaixo dessa idade. Para

fraturas complexas em pacientes mais velhos, a cirurgia geralmente proporciona melhor função a longo prazo do que deixá-la sem tratamento. Procedimentos como a artroplastia reversa do ombro ou a fixação interna com placas e hastes ajudam a estabilizar o osso. Esses métodos visam restaurar o movimento e reduzir a dor ao longo do tempo.

A recuperação é um processo gradual. Você pode notar que seu ombro fica rígido ou fraco por vários meses. Com a cirurgia, você pode experimentar alguns contratempos, pois as taxas de complicações e de reintervenção são mais altas para fraturas complexas. Apesar disso, muitos pacientes alcançam bons resultados a longo prazo. Seu cirurgião orientará sua reabilitação para garantir que você recupere a força com segurança.

É importante compreender o panorama geral da saúde. Fraturas por fragilidade em adultos mais velhos carregam um risco maior de eventos graves de saúde. O risco de mortalidade dentro de um ano após a lesão é de 9,8%. Esse risco aumenta para 28,2% aos cinco anos. Esse aumento é mais do que o dobro da população em geral. Seu cirurgião monitorará de perto sua saúde geral durante a recuperação para gerenciar esses riscos.

A maioria das crianças se recupera completamente, com poucas complicações. Para adultos, a paciência é fundamental. Embora algum desconforto possa persistir, a maioria dos pacientes retorna às atividades diárias. Seu cirurgião adaptará seu plano de cuidados ao seu padrão de fratura específico e ao seu estado de saúde. Acompanhamentos regulares garantem que seu osso esteja cicatrizando corretamente e ajudam a abordar quaisquer preocupações precocemente.

Quando procurar ajuda médica

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 urgente se o ombro travar ou ceder. Contacte o seu médico se os sintomas interferirem no seu sono ou no trabalho. O agravamento súbito da dor também é motivo para procurar ajuda. A maioria das fraturas de um único fragmento cicatriza bem sem cirurgia. No entanto, uma avaliação precisa é fundamental. O seu cirurgião utilizará exames de imagem para verificar a presença de complicações. A avaliação precoce ajuda a prevenir incapacidades a longo prazo. Não ignore os sinais de que a sua recuperação não está a progredir conforme o esperado.