

QUE CUIDADOS DEVO TER APÓS O PROCEDIMENTO?

Imediatamente após a infiltração é-lhe colocada uma ligadura, se o procedimento tiver sido feito numa extremidade (mão, pé, braço ou perna). São necessárias **48h de repouso não absoluto** (não precisa, nem deve ficar de cama), mas deve **evitar fazer esforços** que envolvam a zona que foi infiltrada:

- **Infiltração no ombro, no braço ou na mão** não carregar pesos (ex. sacos) nem fazer movimentos repetitivos, ainda que com objetos leves (ex. tarefas domésticas). A ligadura e a braçadeira/lenço podem ser retirados quando chegar a casa.
- **Infiltração na anca, na perna ou no pé** evitar caminhadas longas e passar muito tempo de pé. A canadiana ou bengala devem ser usadas (no lado oposto ao da infiltração) **durante as 48h** que se seguem ao procedimento, no sentido de evitar a sobrecarga do membro intervencionado.

Dependendo do tipo de atividade profissional que executa, deverá ou não trabalhar durante este período.

Deve colocar gelo no local da infiltração por curtos períodos (10-15 minutos) e de forma repetida (3-4 vezes) com intervalos de 30-60 minutos.

Autores:

Catarina Tenazinha
Rita Barros



Sociedade Portuguesa de Reumatologia
Av. de Berlim, 33 B | 1800-033 Lisboa
T. 21 353 43 95 | info@spreumatologia.pt
www.spreumatologia.pt



spreumatologia

spreuma



INFILTRAÇÕES PERI-ARTICULARES

O que precisa saber

www.spreumatologia.pt

O QUE SÃO?



As infiltrações periarticulares, também conhecidas por infiltrações de partes moles, consistem na **injeção de um fármaco anti-inflamatório nos tecidos moles do aparelho musculo-esquelético**, isto é, nas estruturas não ósseas e não articulares, com o objetivo de **resolver a inflamação** e, como resultado, **remover a dor**.

Estes procedimentos podem, ou não, ser guiados por ecografia, dependendo da facilidade de identificação da estrutura anatômica que se pretende infiltrar no exame físico do doente ou da proximidade de estruturas que requeiram cuidado especial para não serem atingidas.

QUAIS OS FÁRMACOS USADOS?

Os fármacos utilizados pertencem ao grupo dos corticosteróides, de entre os quais o mais amplamente utilizado é o **acetato de metilprednisolona**. **Se tiver história de alergia, hipersensibilidade ou intolerância a qualquer medicamento deste grupo deve avisar o seu médico.**

QUE ESTRUTURAS PODEM SER INFILTRADAS?



- Regiões peri-tendinosas
- Bainhas tendinosas
- Regiões peri-insercionais (tendinosas, ligamentares, aponevróticas, etc.)
- Ligamentos
- Músculos
- Regiões peri-nervosas
- Bursas

QUAIS AS PATOLOGIAS MAIS FREQUENTEMENTE TRATADAS?



Virtualmente qualquer estrutura do aparelho musculo-esquelético pode ser infiltrada, quando inflamada. **De entre as patologias mais frequentemente tratadas contam-se:**

- Tendinite do supra-espinozoso
- Tenossinovite de Quervain
- Bursite trocantérica/ grande trocanterite
- Tendinobursite da pata de ganso
- Epicondilite e epitrocleíte
- Fasceíte plantar
- Síndrome do Túnel Cárpico

O QUE PODE CORRER MAL?

Como todos os procedimentos médicos, as infiltrações periarticulares têm **alguns riscos** que, **embora raros, devem ser conhecidos:**

- **Infeção do local infiltrado**, que ocorre quando a desinfeção da pele não se faz de maneira adequada
- **Descoloração temporária da pele suprajacente**, cujo risco é tanto maior quanto mais superficial se encontrar a estrutura infiltrada

Estes procedimentos também têm as suas limitações, variando a sua eficácia com o tipo de inflamação, co-morbilidades do doente, tipo de patologia a ser tratada e experiência do médico executor, podendo haver resolução completa ou parcial da dor, ou mesmo não haver qualquer melhoria. **Muito raramente se verifica agravamento.**

OS CORTICOSTERÓIDES NÃO ME VÃO FAZER MAL?

Neste tipo de procedimento os corticosteróides só vão ter **ação local**, não se verificando absorção sistémica, pelo que são **totalmente seguros em doentes com hipertensão arterial, colesterol elevado, Diabetes Mellitus e grávidas.**

Também não provocam aumento de peso nem interferem com outros medicamentos que esteja a tomar.

QUE CUIDADOS DEVO TER ANTES DO PROCEDIMENTO?

Antes da infiltração só tem que se **assegurar de 2 pontos:**

- **Transmitiu ao seu médico as suas alergias medicamentosas**, ainda que pense não estarem relacionadas com os medicamentos que vão ser usados
- Se faz acompanhar de um **lenço com dimensão suficiente para colocação do braço ao peito** se o procedimento for feito no ombro ou no braço, ou de uma **canadiana ou bengala** se o procedimento for feito na anca ou na perna

