



# Desporto após Artroplastia da Anca ou Joelho



Salgado E, Rodrigues JB, Fonseca F

Serviço Ortopedia – Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra

Diretor de Serviço: Prof. Doutor Fernando Fonseca

## INTRODUÇÃO

A esperança média de vida tem vindo a aumentar nos últimos anos e a população idosa espera viver cada vez mais e melhor, não apenas independente nas AVD, mas também na prática desportiva. O desporto associa-se a reconhecidos benefícios para saúde. No entanto, com o envelhecimento da população, aumenta a prevalência da artropatia degenerativa (artrose) que pode tornar-se muito incapacitante. A artroplastia é dos tratamentos mais eficazes não apenas

pelo alívio algíco, mas também pelo melhor desempenho funcional, satisfação psicológica e social. Esta revisão da literatura pretendeu abordar os riscos e benefícios das diferentes modalidades desportivas após uma artroplastia da anca ou do joelho, com vista à definição de linhas de orientação para doentes e cirurgiões.

## MATERIAL, MÉTODOS E RESULTADOS

Fez-se uma pesquisa na Medline/PubMed, incluindo as publicações dos últimos 5 anos (2007-2011), utilizando os conceitos “hip replacement sports”, “hip arthroplasty sports”, “knee replacement sports”, “knee arthroplasty sports”, “hip and knee arthroplasty sports”. Na selecção dos artigos que constam do trabalho

consideraram-se os títulos, resumos e/ou leitura dos artigos, de acordo com a sua pertinência.

A pesquisa na Pubmed/medline resultou em 416 artigos. Constam 28 citações no artigo final, que incluem 7 artigos de revisão. Sem estudos baseados na evidência.

## DISCUSSÃO

Não existem estudos prospectivos randomizados que forneçam informação baseada na evidência sobre tipo de desporto, sua frequência e intensidade indicados após uma artroplastia da anca ou joelho. Está descrita a importância da participação desportiva pré-operatória e a influência positiva da motivação do doente na atividade física após a cirurgia (fig.1)

Em acréscimo, não existem estudos comparativos sobre os diferentes tipos de implante e os resultados funcionais em termos desportivos. A opinião dos especialistas e os resultados de algumas pesquisas têm sido por isso utilizados como modelo aquando do aconselhamento do doente. Atualmente, a participação em atividades desportivas de baixo impacto é aconselhada; as atividades de impacto médio, são permitidas em grupos selecionados de doentes que apresentem boa condição física e experiência pré-operatória; já as actividades de alto impacto têm sido alvo de grande controvérsia, não existindo estudos que comprovadamente determinem o benefício ou malefício da sua prática.<sup>1,2</sup>

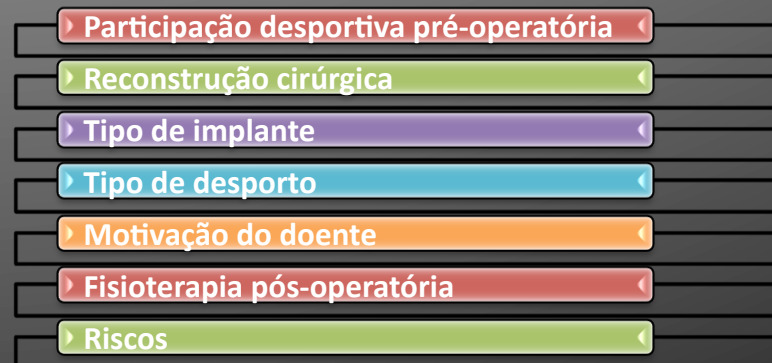


Fig. 1 Considerações na participação desportiva após uma artroplastia

## CONCLUSÕES

Não existem estudos baseados na evidência sobre o desporto após artroplastia da anca ou joelho. A opinião dos especialistas e os resultados de algumas pesquisas são usados como modelo no aconselhamento do doente com artroplastia da anca

ou joelho, estando para já contraindicados os desportos de alto impacto. É necessário definir testes quantitativos que possam avaliar o desempenho funcional e o nível de actividade física seguros após estes procedimentos.

## BIBLIOGRAFIA

1. Swanson et al., Activity Recommendations after Total Hip and Knee Arthroplasty: a survey of the American Association for Hip and Knee Surgeons. The journal of Arthroplasty. 2009; 24(6):120-6.
2. Mont M. et al., High Impact Sports after Total Knee Arthroplasty. The Journal of Arthroplasty; 2008; 23(6):80-84.