

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Dec 14, 2023

Osteoartrose: o que é?

A osteoartrite é uma doença que causa rigidez e dor nas articulações. Isso pode dificultar a realização de atividades cotidianas para algumas pessoas

Não há cura para a osteoartrite, mas há tratamentos que podem ajudar a aliviar os sintomas.

O que acontece na osteoartrite?

A osteoartrite é uma doença que afeta as articulações. É mais comum nas articulações dos joelhos, quadris, mãos, pés e coluna vertebral.

A osteoartrite ocorre quando a cartilagem nas extremidades dos ossos é danificada ou fica desgastada. **A cartilagem** é um material duro e escorregadio que reveste a extremidade de um osso e o protege.

Quando a cartilagem se rompe, o osso tenta repará-la. Isso pode levar a crescimentos ósseos que tornam a articulação dolorosa e instável.

Embora a osteoartrite não seja causada simplesmente pelo envelhecimento ou pelo desgaste da cartilagem, ela é mais comum em pessoas mais velhas. A causa exata da condição não é conhecida. Mas outros fatores que aumentam a probabilidade de desenvolver osteoartrite incluem:

- Estar acima do peso
- Ser mulher
- Lesão em uma articulação
- Ter osteoartrite em sua família.

Quais são os sintomas?

Os sintomas da osteoartrite geralmente se desenvolvem lentamente, às vezes ao longo de muitos anos. Os sintomas mais comuns são:

- Dor. Isso geralmente piora com a atividade, porque você está usando a articulação. Pode ser ardente, dolorido ou agudo

Osteoartrose: o que é?

- Rigidez. Isso geralmente é pior logo pela manhã
- Problemas de locomoção: por exemplo, você pode ter dificuldade para subir escadas ou alcançar uma prateleira alta
- articulações edemaciadas
- Uma sensação ou som de trituração nas articulações quando você as movimenta
- Articulações instáveis
- Fraqueza muscular ao redor da articulação afetada.

O médico perguntará sobre seus sintomas e examinará suas articulações. O médico também poderá solicitar alguns exames, como raio e **exame de sangue**, para verificar se os sintomas não são causados por outra doença.

O que vai acontecer comigo?

A osteoartrite é uma doença que, em geral, mas nem sempre, progride muito lentamente, geralmente ao longo de muitos anos.

Não há cura para a doença, mas a dor e a rigidez podem melhorar com o tempo, especialmente com o tratamento. É difícil prever o que acontecerá com você como indivíduo.

Pesquisas sugerem que é possível evitar o desenvolvimento de sintomas graves mantendo o peso em um nível saudável e a mobilidade.

Para obter mais informações sobre tratamentos para osteoartrite, consulte nosso folheto *Osteoartrite: Quais tratamentos funcionam? (Osteoarthritis: what treatments work?)*

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

