

Agachamento constante eleva o risco de artrite

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

A artrite é um processo inflamatório que se manifesta nas articulações, tendo como consequência alguns sinais e sintomas (inchaço nas articulações, rigidez e dor) decorrentes de lesões articulares. A artrite apresenta diferentes fatores desencadeantes (causas). Dependendo de sua forma de manifestação, ela poderá ser classificada como Artrite Degenerativa, Artrite Gostosa, Artrite Piogênica Aguda, Artrite Psoriática ou Artrite Reumatoide. É uma doença comum e a prevalência pode chegar a 1,5% da população em algumas regiões. É mais frequente em mulheres e costuma iniciar-se entre 30 e 50 anos de idade, mas compromete também homens e crianças. Para que se desenvolva a doença são necessárias algumas combinações de defeitos genéticos e a presença de um ou mais estímulos externos, o que faz com que a incidência em familiares de pacientes com Artrite Reumatoide (AR) não seja grande. Ciclistas e pessoas que passam longos períodos na posição agachada podem ter risco aumentado de desenvolver artrite nos joelhos, conforme mostra uma nova pesquisa iraniana. Esta pesquisa foi desenvolvida na Universidade de Medicina de Teerã, com 480 pessoas que tinham osteoartrite e 490 sem o problema; no estudo, os pacientes que passaram mais de 30 minutos por dia na posição de agachamento foram 1,5 vezes mais propensos a ter osteoartrite nos joelhos. Os que pedalavam mais do que 30 minutos diários foram duas vezes mais propensos. Da mesma forma, aqueles que tinham empregos que exigiam ficar com os joelhos dobrados por mais de meia hora por dia tinham esse risco dobrado. Donas de casa tiveram

maior chance de ter o problema do que mulheres que trabalhavam fora. Segundo os pesquisadores, os achados reforçam a hipótese de que o uso excessivo de uma articulação possa influenciar no risco de desenvolver artrite. Fonte: <http://www1.folha.uol.com.br/folha/equilibrio/noticias/ult263u643240.shtml>

Referência: Dahaghin S, Tehrani-Banihashemi SA, Faezi ST, Jamshidi AR, Davatchi F. Squatting, sitting on the floor, or cycling: are life-long daily activities risk factors for clinical knee osteoarthritis? Stage III results of a community-based study. *Arthritis Rheum.* 2009 61(10):1337-42.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/agachamento-constante-eleva-o-risco-de-artrite · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line.
Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL - DOR ON LINE