

USE UMA ABORDAGEM POR DEGRAUS NO TRATAMENTO DA GONALGIA EM PACIENTES ACIMA DOS 50 ANOS

Comentário ao POEM "Use stepped approach in managing knee pain in older adults". Disponível em: URL: <http://www.infopeoms.com> [accedido em 18/05/2007].

Referência: Porcheret M, Jordan K, Croft P. Treatment of knee pain in older adults in primary care: development of an evidence-based model of care. *Rheumatology* (Oxford) 2007 Apr; 46 (4): 638-48.

As queixas álgicas ao nível dos joelhos, em adultos com idade igual ou superior a 50 anos, são muito comuns, estimando-se que a proporção de doentes com gonalgia que consultam o seu Médico de Família por este problema no intervalo de um ano seja de 33%.¹

A maioria destas queixas álgicas são atribuíveis à osteoartrose, que é uma doença extremamente prevalente na população em geral; a sua frequência aumenta com a idade, tornando-se quase generalizada a partir dos 70 anos.

Questão clínica:

Qual é a abordagem racional no tratamento da gonalgia, em adultos com idade igual ou superior a 50 anos, nos cuidados de saúde primários?

O desenho do estudo foi o de uma revisão sistemática em que foram pesquisadas múltiplas bases de dados, com o intuito de encontrar *guidelines* clínicas ou revisões sistemá-

ticas da literatura, escritas em inglês e publicadas nos dez anos anteriores à pesquisa (efectuada em Maio/2004), acerca do tratamento da gonalgia e doença degenerativa articular em doentes com idade igual ou superior a 50 anos. Esta pesquisa foi depois utilizada como base para o desenvolvimento de um consenso na abordagem «*step by step*» dos cuidados a estes doentes.

A equipa utilizou uma abordagem padronizada para extrair a informação relevante e a força da recomendação, embora o nível de evidência que motivou as recomendações não tenha sido analisado.

Das 77 referências que respeitavam os critérios de inclusão definidos, foram seleccionadas 24 intervenções, incluindo os cuidados prestados pelo próprio doente – tais como exercícios, medicamentos de venda livre e suplementos – e os cuidados profissionais – tais como anti-inflamatório não esteróide (AINE) e acupunctura.

O modelo de cuidados proposto assume que as características clínicas de gravidade e os diagnósticos diferenciais de gonalgia na faixa etária em questão foram excluídos, tratando-se, portanto, de uma «osteartrose clínica».

As recomendações foram organizadas em 4 degraus. O primeiro degrau destina-se a todos os doentes e cada um dos degraus subsequentes destina-se aos doentes cujas queixas dolorosas ou incapacidade persistem após experimentar ou considerar os tratamentos propostos no degrau anterior. As recomendações efectuadas são as seguintes;

DEGRAU 1:

- Perda de peso
- Paracetamol
- Exercício físico
- Informação escrita
- Aconselhamento sobre hábitos de

- sono
- Termoterapia
 - Fármacos de alívio sintomático de acção lenta (ex: glucosamina, condroitina...)

DEGRAU 2:

- Anti inflamatórios não esteróides (AINE) não selectivos
- AINEs selectivos
- Analgésicos opióides compostos
- Fisioterapia
- Palmilha em cunha
- Educação de grupo
- Capsaicina
- Acupunctura

- Auxiliares da marcha (andarilho, canadiana, bengala...)
- Ortóteses

DEGRAU 3:

- Ácido hialurónico intra-articular
- Esteróides intra-articulares
- Terapia ocupacional
- Estimulação nervosa eléctrica transcutânea
- AINEs tópicos
- Terapêutica comportamental cognitiva

DEGRAU 4:

- Referenciação cirúrgica

Conclusão: esta *guideline*, desenvolvida através de um processo padronizado e explícito, sugere uma abordagem por degraus no tratamento dos doentes com idade igual ou superior a 50 anos, que têm gonalgia relacionada com problemas degenerativos articulares.

Limitações: esta *guideline*, tal como a maioria das existentes, não foi testada em termos de eficácia e aplicabilidade na prática clínica diária. **(LOE = 1a)**

Catarina Azevedo Gomes
Centro de Saúde São João – Porto