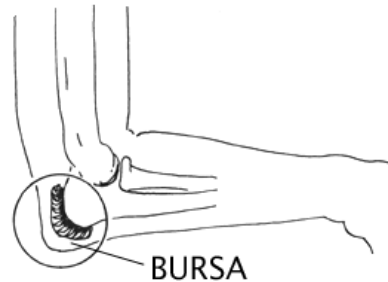


Bursite de Cotovelo

• O que é?

É a inflamação da bursa, um tipo de almofada que fica entre o osso e a pele, amortecendo o impacto no cotovelo. Caso ocorra traumas ou apoio prolongado sobre a bursa, esta pode ficar inflamada. Algo muito comum em certas profissões em que se apóia o corpo sobre o cotovelo, como pintores e bombeiros hidráulicos.



• Sinais e sintomas:

Após um trauma, o cotovelo incha rápido e a pele pode apresentar arranhaduras ou cortes. Se o cotovelo incha devagar, provavelmente é algo crônico, que promove pressão por depositar o peso sobre este. O local pode ficar doloroso, sensível ao toque ou incapaz de se movimentar normalmente. Caso a pele esteja vermelha e quente, pode ser sinal de uma infecção.

• O que alivia o edema?

Caso o inchaço se desenvolva gradualmente, não seja muito grande e não houve trauma, algumas medidas podem ser usadas na tentativa de diminuí-lo:

1. Parar as atividades que colocam pressão sobre o cotovelo;
2. Colocar gelo por 15 a 20 minutos, três ou quatro vezes ao dia;
3. Amarra ataduras elásticas em volta do cotovelo para diminuir o edema;
4. Elevar o cotovelo acima o nível do coração.

• Quando procurar o ortopedista?

- Caso os sintomas persistam após a tentativa de diminuir o edema.
- Caso o cotovelo esteja avermelhado e a dor aumente no local do edema.
- Caso ocorra aumento rápido após um trauma, pois pode haver fraturas.

- **Qual o tratamento?**

Além das medicas já citadas, o ortopedista pode associar:

1. Aspiração da bursa;
2. Uso de antiinflamatórios;
3. Injeção de corticosteróide;
4. Remoção cirúrgica da bursa;

- **Existe prevenção?**

Evitar submeter o cotovelo a situações de pressão excessivas, o que é de difícil adesão pelo paciente.