

Deformidades dos Pés

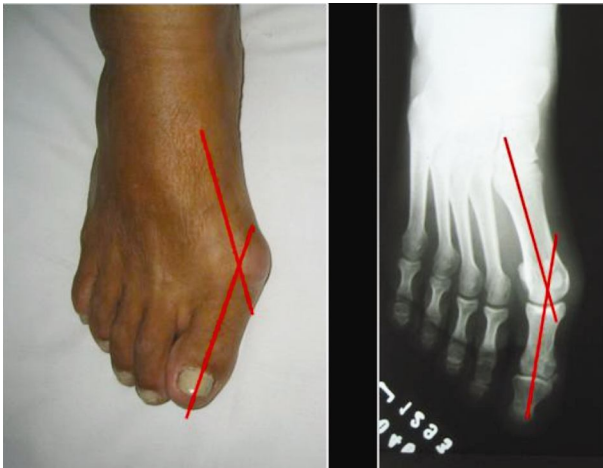
Joanetes

O joanete é uma das situações mais comuns entre os problemas encontrados nos pés. É natural que uma situação tão freqüente esteja acompanhada de dúvidas e mitos. Nosso objetivo com a elaboração deste manual é esclarecer dúvidas, desmistificar procedimentos e informar a respeito de técnicas e materiais usados atualmente no tratamento do joanete.

O que é exatamente um joanete?

A maneira como se manifesta o joanete dá uma impressão errada do que realmente ele é. Na verdade o processo envolve fatores que influenciam no seu tratamento, e que, portanto, devem ser conhecidos e entendidos pelo paciente.

O pé é uma parte do organismo com algumas características especiais: complexidade anatômica, um grande número de ossos e articulações com apoio do peso corporal. Muitas vezes as pessoas tendem a ver o joanete como “um osso que cresceu no pé”. Mas o que se verifica é uma angulação anormal entre alguns dos ossos do pé, como mostra a figura. Essa mudança no alinhamento provoca o surgimento de uma proeminência no pé, que é popularmente conhecida como joanete.



Como o joanete é causado?

Existem algumas causas para que ocorra o desalinhamento e o conseqüente surgimento do joanete no pé. As principais são a herança genética e o uso de sapatos inadequados. A presença de casos entre os familiares mostra uma tendência ao surgimento do problema, que também pode ocorrer sem herança familiar confirmada. O uso de calçados de bico exageradamente fino piora a angulação mostrada na figura.

Porque o joanete dói?

Quando vai acontecendo o processo de formação do joanete, progressivamente as articulações da parte da frente do pé vão sendo deslocadas da sua posição original. Isso muda a maneira como o pé sustenta o peso do corpo, e alguns pontos são sobrecarregados, causando assim as calosidades e a dor. Além disso, as proeminências ósseas formadas são pressionadas pelos calçados, causando inflamações localizadas e dor.

Como é feita a avaliação ortopédica do pé?

1. **História médica** – informações são colhidas pelo cirurgião sobre os sintomas e o estado de saúde em geral.
2. **Exame físico** – observações e testes físicos para determinar a posição das articulações, sua estabilidade, as proeminências ósseas e as calosidades.
3. **Exames de imagem**
 - a. **Raio X** : mostra a imagem dos ossos e articulações do pé, permitindo a medida dos ângulos articulares.
 - b. **Baropodometria** : exame não invasivo que mostra a distribuição de pressão no apoio do pé no solo.

Como pode ser tratado o joanete?

Após as avaliações físicas e dos exames apropriados, o diagnóstico é determinado. Com essa informação, o cirurgião, junto com o paciente, conversam sobre as opções de tratamento. É muito importante que o paciente participe da decisão junto com o médico, porque aspectos pessoais influenciam no tipo de tratamento escolhido.

O tratamento do joanete deve ser individualizado para cada caso, de acordo com as características do pé, o estilo de vida do paciente, a prática ou não de atividades esportivas, etc.

Existem alternativas cirúrgicas e não-cirúrgicas para o tratamento. Como explicado anteriormente, o joanete é uma angulação anormal dos ossos do pé, e as maneiras não-cirúrgicas de tratamento são paliativos para o problema, pois não regularizam a deformidade. Apesar disso, são utilizadas em muitos pacientes para aliviar os sintomas e prevenir a piora destes.

Existem mitos e verdades a respeito da cirurgia para o tratamento do joanete. De um modo geral, a maneira atual de tratar é diferente do que era realizado há alguns anos atrás. Hoje em dia, técnicas modernas facilitam o procedimento cirúrgico e sua recuperação. Isso inclui maneiras seletivas de anestesia local, materiais e técnicas de precisão para a cirurgia e órtese de imobilização que permite o apoio do pé no solo no período pós-operatório.

Preparação antes da cirurgia

Ao decidir pelo tratamento cirúrgico, é essencial que o paciente saiba de todos os aspectos envolvidos nessa decisão. Tirar todas as dúvidas com o cirurgião é, portanto, o passo inicial. O seu médico também precisa de um

conhecimento total sobre o seu caso. Informe sobre as medicações que você toma e sobre eventuais problemas de saúde. Exames de sangue, eletrocardiograma e Raio X de tórax podem ser solicitados pelo cirurgião caso necessário.

A cirurgia

A cirurgia pode, geralmente, ser realizada com o uso de anestesia local seletiva, ou seja, sem que seja necessária anestesia nas costas ou anestesia geral. Nesta anestesia local o paciente pode optar por dormir durante a cirurgia. Estes aspectos são discutidos previamente com o anestesista.

A técnica utilizada atualmente inclui o uso de materiais especiais de fixação óssea. Isso, somado à agressividade reduzida do procedimento permite que o paciente apóie o pé no solo logo após a cirurgia. Para permitir a caminhada de maneira mais adequada, um tipo especial de órtese é utilizado, como mostra a figura. A cirurgia tem uma duração média de 50 minutos para cada pé operado. Com a vantagem de apoio precoce do pé no solo, é possível que a cirurgia seja realizada nos dois pés, quando houver indicação e quando o paciente assim desejar.



Quase todas as cirurgias para tratamento do joanete podem ser feitas em regime ambulatorial (o paciente retorna para casa no mesmo dia). Pode-se chegar ao hospital duas horas antes da cirurgia, e retornar para casa quatro horas após o término do procedimento.

A recuperação após a cirurgia

As técnicas atuais permitem que a recuperação pós-operatória aconteça de maneira mais rápida e menos traumática. Mesmo assim, é recomendável que o paciente siga cuidadosamente as orientações médicas.

- **Cuidados:** o paciente sai do hospital com um curativo especial, utilizando a órtese citada anteriormente e com permissão para pisar com o pé operado. Este curativo tem características especiais, e só será aberto pelo médico na ocasião da primeira consulta de revisão pós-operatória.
- **Inchaço (edema):** Sempre que uma cirurgia é realizada no membro inferior, em especial no pé, existe uma tendência de que ocorra retenção de líquido, que é percebido como um aumento de volume e inchaço. Isso pode ser prevenido, ou aliviado, com duas medidas simples: elevação do membro (de modo que o pé permaneça mais alto que o joelho e o joelho mais alto do que o quadril) e aplicação de gelo no local (é recomendável proteger a pele com um tecido fino na aplicação do frio).
- **Exercícios:** Para cada paciente é prescrito um programa de exercícios a serem realizados no período pós-operatório. O acompanhamento com fisioterapeuta é incluído nesta fase. Com o uso da órtese especial comentada anteriormente, é possível apoiar o pé operado logo no primeiro dia após a cirurgia, sem o uso de muletas.
 - **Medicações:** Analgésicos podem ser necessários nos primeiros dias de recuperação pós-operatória. São prescritos pelo médico de maneira individualizada para cada paciente.
- **Complicações:** Para cada tipo de cirurgia existe um grupo de complicações possíveis. Isso é explicado pelo médico antes da cirurgia, detalhando os cuidados a serem tomados para evitá-las.
- **Sinais de alerta:** Na ocorrência de algum destes sinais, o seu médico deve ser chamado. São eles: Febre, calor e vermelhidão persistentes ou inchaço significativo no pé operado. Para isso seu médico lhe fornecerá um telefone de contato do consultório e da sua residência.

Expectativas Após a Cirurgia

O grau de satisfação do paciente após uma cirurgia ortopédica no pé depende de suas expectativas prévias. O retorno às atividades prévias à cirurgia, sejam elas de trabalho, esporte ou lazer, acontece progressivamente, de acordo com o programa de reabilitação. De modo geral, é esperado que os pontos sejam retirados duas semanas após a cirurgia, que o uso de calçados normais retorne em seis semanas e que a recuperação total ocorra dois meses e meio após a realização da cirurgia.

É importante saber que cada paciente responde de uma maneira ao procedimento realizado, e que os prazos descritos acima representam a média do que ocorre com todos os pacientes. Variações podem ocorrer, em vista disso, é indispensável que o paciente e o médico estejam atentos para isso.

O bom andamento da cirurgia e do período de recuperação depende de um bom entendimento e de uma boa relação com a equipe médica. Em caso de qualquer dúvida, ligue para o seu médico. Lembre-se de que toda

cirurgia, por menor que seja, tem suas particularidades e riscos. O seu médico está familiarizado com estas situações, e saberá quais atitudes tomar para preveni-las.