

## Fratura de Punho

São fraturas bastante comuns, correspondendo a um sexto de todas as fraturas atendidas nos ambulatórios de traumatologia.

**Causa:** Geralmente ocorrem com quedas sobre a mão com o punho estendido no momento do trauma, mas também podem ocorrer em quedas de altura, acidentes de carro, esportes. São mais comuns em mulheres com certo grau de osteoporose, em pacientes jovens ou idosos ativos.

**Tratamento:** O tratamento poderá ser cirúrgico ou conservador.

**Reabilitação:** Independente do tratamento utilizado para esta fratura, o paciente provavelmente será encaminhado à fisioterapia.

Objetivos da fisioterapia:

- Alívio da dor;
- Controlar o edema (inchaço) presente nas primeiras semanas;
- Ganhar mobilidade do punho, dedos, cotovelo e ombro;
- Ganhar força muscular assim que a mobilidade estiver recuperada.

Camila Loss  
Fisioterapeuta de Mão e Membro Superior