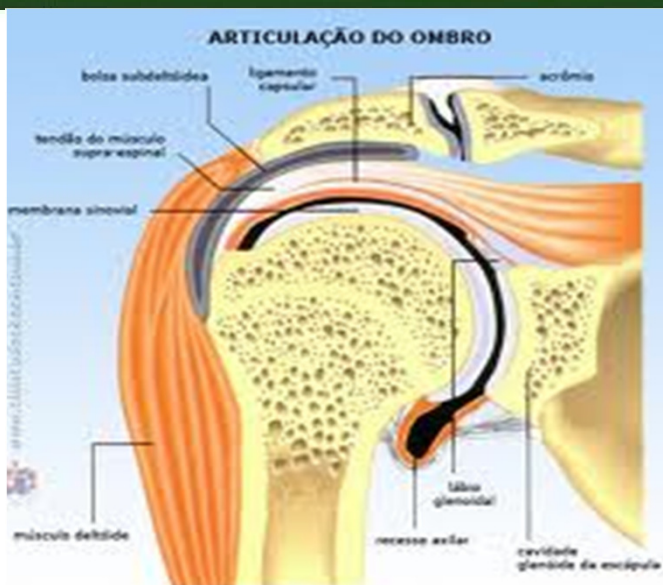


LESÕES NO OMBRO

Aluno: Elton Luiz Rodrigues Fustinoni

Orientador: Professora Patricia de Fatima Almada Antunes

Curso de Massoterapia



O ombro é a articulação mais móvel do corpo humano, sendo sua estabilidade conferida por músculos, tendões e ligamentos. Devido ao grande alcance de movimentação, o ombro é muito susceptível a lesões, as quais ocorrem principalmente pelo seu uso excessivo, ou, ainda, por doenças que provocam inflamação ou degeneração dos tecidos.

Entre as varias lesões que acometem o ombro podemos mencionar as mais comuns:

Artrite: estreitamento gradual das articulações e perda de cartilagem de proteção.

Bursite: (Inflamação de uma bolsa cheia de líquido, ou bursa, que fica entre o tendão e a pele ou entre o tendão e o osso). A bursa protege a articulação e ajuda a tornar o movimento mais fluido.

Capsulite adesiva: ou síndrome do ombro congelado: ocorre quando os músculos, tendões e ligamentos enrijecem dentro do ombro e tornam qualquer movimento doloroso e difícil.

Tendinite: inflamação dos tendões. Podendo subdividir-se em: Tendinite aguda seguida a esforços repetitivos, e Tendinite crônica resultante de uma doença degenerativa.

Deslocamento do ombro: que ocorre quando a cabeça em forma de bola de seu braço sai do encaixe. Entre outros fatores.

Tratamentos:

Além do uso de anti-inflamatórios e analgésicos, é indicado recorrer à fórmula RICE para dores agudas. A sigla em inglês significa descanso, imobilização, gelo e elevação (tipoia). “Para as dores crônicas recomenda-se medicação analgésica e anti-inflamatória, antiartrítica, fisioterapia, massoterapia, quiropraxia, acupuntura e em alguns casos mais avançados, a cirurgia”.

Vale lembrar que muitas vezes a dor no ombro é decorrente de dor nas áreas próximas, como a coluna cervical e o cotovelo, bem como de doenças que acometem o fígado, o coração e os pulmões.



Centro de Educação Profissional

SÃO CARLOS

Desde 1997

Formando profissionais para a vida.

Acesse nosso site www.SAOCARLOSCURSOS.com.br