https://printo.it/pediatric-rheumatology/BR/intro

Síndromes de dor nos membros

Versão de 2016

6. Síndrome de Hipermobilidade Benigna

6.1 O que é?

Hipermobilidade refere-se às crianças que têm articulações flexíveis ou frouxas. É também chamado de lassidão articular. Algumas crianças podem sentir dor. A Síndrome de Hipermobilidade Benigna (SHB) refere-se às crianças que apresentam dor nos membros devido ao aumento da mobilidade (amplitude de movimento) das articulações, sem ter associada qualquer doença dos tecidos conjuntivos. Como tal, a SHB não é uma doença, mas sim uma variação da regra.

6.2 É uma doença comum?

A SHB é uma condição extremamente comum em crianças e jovens, existindo em 10 a 30% das crianças com idade inferior a 10 anos e, partícularmente, nas meninas. A sua frequência diminui com a idade. Ocorre frequentemente em famílias.

6.3 Quais são os principais sintomas?

Frequentemente, a hipermobilidade tem como resultado dores profundas, intermitentes e recorrentes no final do dia ou à noite nos joelhos, pés e/ou tornozelos. Nas crianças que tocam piano, violino, etc., pode afetar os dedos. A atividade e o exercício físico podem desencadear ou aumentar a dor. Raramente, pode existir um leve inchaço nas articulações.

6.4 Como é diagnosticada?

O diagnóstico é efetuado com base num conjunto pré-definido de critérios que quantificam a mobilidade articular e com a ausência de outros sinais de doenças do tecido conjuntivo.

6.5 Como pode ser tratada?

Raramente é necessário tratamento. Se a criança praticar esportes nos quais são frequentes impactos, tais como futebol ou ginástica, e desenvolver entorses/torções, deverá ser efetuado um fortalecimento muscular e proteção das articulações (ligaduras elásticas ou funcionais, cintas).

6.6 E em relação à vida diária?

A hipermobilidade é uma condição benigna, que tende a desaparecer com a idade. As famílias devem estar cientes de que o seu principal risco resulta de impedir as crianças de viver uma vida normal.
As crianças devem ser incentivadas a manter um nível de atividade normal, incluindo praticarem qualquer esporte que seja do seu interesse.