



<https://printo.it/pediatric-rheumatology/PT/intro>

## Síndromes de dor nos membros

Versão de 2016

### 5. Dores de Crescimento

#### 5.1 O que é?

Dores de crescimento é um termo benigno que se refere a um padrão característico de dor nos membros, o qual geralmente ocorre em crianças entre os 3 e 10 anos de idade. É também chamada de "dor benigna dos membros da infância" ou "dores noturnas recorrentes dos membros".

#### 5,2. É uma doença comum?

As dores de crescimento são uma queixa comum em idade pediátrica. Apresenta uma frequência semelhante nos rapazes e nas raparigas, afetando entre 10 a 20% das crianças em todo o mundo.

#### 5.3 Quais são os principais sintomas?

A dor aparece principalmente nas pernas (tíbia, barriga da perna, coxas ou na parte de trás dos joelhos) e é geralmente bilateral. Aparece no final do dia ou da noite, acordando muitas vezes a criança. Geralmente, os pais referem que a dor ocorre após atividades físicas.

Os episódios de dor duram normalmente entre 10 a 30 minutos, embora possa variar entre minutos a horas. A intensidade pode ser ligeira ou muito grave. As dores de crescimento são intermitentes, com intervalos sem dor que podem durar entre dias a meses. Em alguns casos, os episódios de dor podem ocorrer diariamente.

---

#### **5.4 Como é diagnosticada?**

O padrão característico de dor, combinado com a ausência de sintomas matinais e com um exame físico normal, permite estabelecer o diagnóstico. Regra geral, os resultados dos estudos laboratoriais e os Raios-X estão sempre normais. No entanto, pode ser necessário efetuar Raios-X para excluir outras patologias.

#### **5.5 Como pode ser tratada?**

Explicar a natureza benigna do processo reduz a ansiedade da criança e da família. Durante os episódios de dor, uma massagem local, a aplicação de calor e a utilização de analgésicos suaves pode ajudar. Nas crianças com episódios frequentes, uma dose noturna de ibuprofeno pode ser útil para controlar os episódios de dor mais intensos.

#### **5.6 Qual é o prognóstico?**

As dores de crescimento não estão associadas a nenhuma doença orgânica grave e geralmente resolvem-se espontaneamente no final da infância. Em 100% das crianças, a dor desaparece à medida que envelhecem.