

Dores em membros

Há várias denominações para dores em membros como: dores nas pernas, dor noturna benigna ou mais conhecida por dor do crescimento. É uma condição muito comum entre crianças e não traz deformidade ou problemas ortopédicos, e não é indicação de doença reumática futura.

A dor em membros não é considerada uma doença, pois não traz dano em estruturas e não tem processo inflamatório, apesar de causar dor intensa nas pernas, principalmente à noite ou final da tarde. É importante, para que seja considerada uma condição benigna, que a criança acorde muito bem no dia seguinte, sem dor e sem mancar e não tenha febre ou inchaço nas juntas e ocorram períodos livres de dor.

As idades mais frequentes são entre 2 e 14 anos. A duração tende a ser em média de dois anos.

A causa da dor é desconhecida. Ocorre principalmente em crianças mais ativas ou nas que tenham dias mais agitados. Pode estar relacionada a pequenas deformidades ortopédicas como pés planos (chatos), fadiga e distúrbios emocionais. Crianças mais elásticas, ou mais flexíveis, que conseguem, por exemplo, colocar as mãos no chão sem dobrar os joelhos ou outras manobras que caracterizam a criança como hipermóvel, tendem a ter mais dores nas pernas.

Como as dores se manifestam? A dor geralmente é forte, nas duas pernas, com predomínio noturno, podendo acordar a criança à noite, que chora de dor. A dor dura de minutos a horas e é mais frequente nas pernas e joelhos. A criança pode se queixar, também, de dor abdominal e de cabeça.

Não há alteração ao exame físico como vermelhidão, inchaço ou febre. O exame físico deve ser normal exceto, em alguns casos, pela presença de maior flexibilidade articular.

Exames de sangue ou de imagem, como radiografia, são normais e podem ser feitos quando a história ou exame físico não forem típicos, conforme a avaliação médica.

O tratamento, na crise, melhora com uso de compressas mornas, massagem manual suave e às vezes de medicações tipo acetaminofeno ou anti-inflamatório como ibuprofeno. É melhor fazer a massagem nas pernas antes de a criança deitar, o que pode impedir que acorde com dor à noite.

É primordial, para o sucesso do tratamento, que os pais prestem apoio psicológico e afetivo com um bom suporte emocional. Para isto, devem estar convencidos da benignidade do problema, para passar tranquilidade à criança. Pode ser dito a ela que é uma dor passageira devido às atividades durante o dia. Devem ser estimuladas atividades físicas podendo ser evitado os esportes de impacto neste período. Há a preocupação dos pais, frequentemente, da associação de dores nas pernas com leucemia ou tumores ósseos. A característica da apresentação é diferente da dor do crescimento e o pediatra ou reumatologista pediátrico saberá fazer o diagnóstico diferencial.

Referências:

1. Duey-Holtz A, Collins L .S, Hunt L.B, Cromwell P.F. Acute and Non-Acute Lower Extremity Pain in the Pediatric Population: Part II. J Pediatr Health Care. 2012; 26: 216-230.
2. Forni J.E.N , Jalikhian W. Dor do crescimento. Rev Dor São Paulo 2011; 12(3):261-4
3. Lowe RM . Hashkes P.J. Growing pains: a noninflammatory pain syndrome of early childhood. Rheumatology 2008; 4 (10): 542-9