

# Dor de Ombro: Raciocínio Clínico e Abordagem Terapêutica



## Apresentação

O complexo articular do ombro é a terceira localização mais comum de dor e disfunção no sistema neuro-músculo-esquelético, ficando atrás apenas da coluna cervical e lombar. Além dessa alta incidência, mais da metade das pessoas que sofreram uma lesão no ombro continuam a apresentar sintomas até três anos após o surgimento.

O complexo articular do ombro é composto por cinco articulações que exigem uma coordenação altamente complexa para um funcionamento ideal do sistema. Qualquer alteração em um dos componentes do sistema articular afeta o funcionamento de todo o complexo, podendo levar ao aparecimento de diversos sintomas.

A avaliação de um paciente com dor no ombro é um processo altamente complexo devido à baixa especificidade dos testes ortopédicos existentes e à escassa correlação clínica entre as informações fornecidas pelos exames de diagnóstico por imagem e a clínica apresentada pelo paciente.

As dificuldades manifestadas durante o processo de avaliação geralmente resultam em diagnósticos inespecíficos e errôneos, que, por sua vez, levam à escolha de tratamentos que não se ajustam às causas da disfunção. Isso pode complicar e tornar imprevisível a evolução do paciente, especialmente se não considerarmos a influência dos fatores psicossociais na apresentação dos sintomas e na evolução da situação clínica.

Com este curso, os participantes adquirirão uma visão clara de como funciona o complexo articular do ombro, compreendendo as principais causas que podem levar a alterações no padrão de movimento e, conseqüentemente, ao aparecimento de sintomas. Além disso, será proposto um modelo de avaliação sistemático que fornecerá as informações necessárias para estabelecer um diagnóstico preciso e alinhado à realidade clínica, permitindo a programação das

intervenções terapêuticas mais adequadas para cada paciente que busca nossa consulta com dor no ombro.

## Objetivos do Curso

- Proporcionar aos alunos uma visão clara do processo desde a chegada de uma pessoa com dor no ombro à consulta até o estabelecimento de um plano terapêutico adequado, baseado nas informações obtidas durante a avaliação e adaptado a cada caso de forma individualizada. Para tal necessitamos de:
  - Realizar uma avaliação completa, ordenada e racional do paciente com dor no ombro.
  - Compreender as características clínicas das principais lesões que afetam o ombro.
  - Identificar os fatores contribuintes que podem causar dor no ombro.
  - A partir de uma avaliação adequada, estabelecer um diagnóstico funcional que prevaleça sobre as alterações estruturais.
  - Conhecer e identificar os fatores que mais influenciam o prognóstico evolutivo.
  - Adquirir os conhecimentos necessários para estabelecer um plano terapêutico adequado a cada caso.

## Programa

- Apresentação e introdução do curso (40 min)
- Avaliação inicial (20 min)
- Avaliação I (2 horas): Teoria (1 hora e 15 min) / Prática (45 min)
- Síndrome subacromial vs. síndrome de impacto (1 hora e 30 min)
- Tendinopatia do manguito rotador (1 hora e 30 min)
- Instabilidades gleno-umerais e lesões de SLAP (2 horas)
- GIRD / Ombro do lançador (1 hora)
- Recapitulação das ideias-chave (30 min)
- Avaliação II: Exame físico (3 horas)
- Avaliação visual (30 min)
- Avaliação palpativa (30 min)
- Avaliação da mobilidade (1 hora)
- Avaliação muscular (1 hora)
- Prática de avaliação em casos clínicos (1 hora)
- Ombro congelado (1 hora)
- Avaliação III: Fatores psicossociais e prognóstico evolutivo (45 min)
- Abordagem terapêutica (2 horas e 30 min)
- Ombro irritável • Ombro rígido • Ombro instável • Abordagem da coluna cervical e dorsal • Fortalecimento • Exposição de casos clínicos (1 hora e 15 min)
- Avaliação final (30 min)