

# Presente na vida de muitas famílias



## Pesquisa comprova Benefício da Bengala para artrose de joelho

O artigo *Impact of cane use on pain, function, general health and energy expenditure during gait in patients with knee osteoarthritis: a randomised controlled trial* (doi:10.1136/ard.2010.140178) pode ser lido em <http://ard.bmj.com/content/71/2/172.full?sid=b8efe0d0-0b72-42b7-bcf4-0a6752701bbb>.

Agência FAPESP – Pesquisa realizada na Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) mostrou que o uso de bengala por pacientes com artrose de joelho ajuda a reduzir a dor e o consumo de anti-inflamatórios, além de melhorar a capacidade de locomoção.

*A recomendação faz parte das diretrizes das principais sociedades médicas do mundo mas, embora existam relatos sobre o uso de bengala desde a antiguidade, nenhum estudo havia investigado, até então, se a prática é realmente benéfica.*

“Qualquer intervenção médica, seja para diagnóstico ou tratamento, deve ser baseada em evidências científicas. Por isso, delineamos esse estudo seguindo o mais alto padrão de qualidade científica. Foi feito um ensaio controlado, randomizado e com avaliador cego”, contou o médico Jamil Natour, coordenador da pesquisa que teve apoio da FAPESP.

Os resultados do estudo realizado com 64 pacientes foram publicados na revista *Annals of the Rheumatic Diseases*, uma das mais importantes da área de reumatologia, com destaque no editorial.

*A bengala é indicada para diminuir a sobrecarga na articulação. “Parte do esforço vai para o membro superior. E o correto é usá-la sempre do lado oposto ao do joelho afetado”, disse Natour.*

Os médicos, no entanto, preocupavam-se com o aumento no gasto de energia ao caminhar quando se usa a bengala. “No caso de idosos com problemas cardíacos ou respiratórios, por exemplo, isso deve ser considerado”, afirmou.

Mas a pesquisa mostrou que, após um período de adaptação, o gasto de energia ao andar com e sem a bengala se equipara. “O paciente precisa usar o acessório pelo menos durante um mês para perceber os benefícios”, disse Natour.



06/06/2012 - Por Karina Toledo  
URL: [agencia.fapesp.br/15700](http://agencia.fapesp.br/15700)

### Teste de caminhada

Na pesquisa os voluntários foram divididos em dois grupos e passaram por avaliações para medir o nível de dor e a capacidade funcional. Para verificar o gasto energético, foi feito um teste de caminhada de 6 minutos com e sem auxílio de bengala. Durante o trajeto determinado, os pacientes usavam uma máscara que analisa a troca dos gases respiratórios.

“No teste feito após 30 dias, o gasto energético ao andar com a bengala tinha se equiparado ao gasto sem o acessório no grupo que sofreu a intervenção. Já no grupo controle, os pacientes ainda gastavam mais energia ao caminhar com a bengala”, disse Natour.

*Os resultados podem servir de base para a inclusão da bengala no rol de tratamentos oferecidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS), afirmou o pesquisador.*

*Podem ainda ajudar os médicos a convencer os pacientes a adotar o acessório. “Muitos resistem a usar bengala, pois sua imagem está associada à velhice e à incapacidade. Agora, podemos mostrar os benefícios de forma objetiva”, disse.*

Contato:  
(19) 3935.9191

