

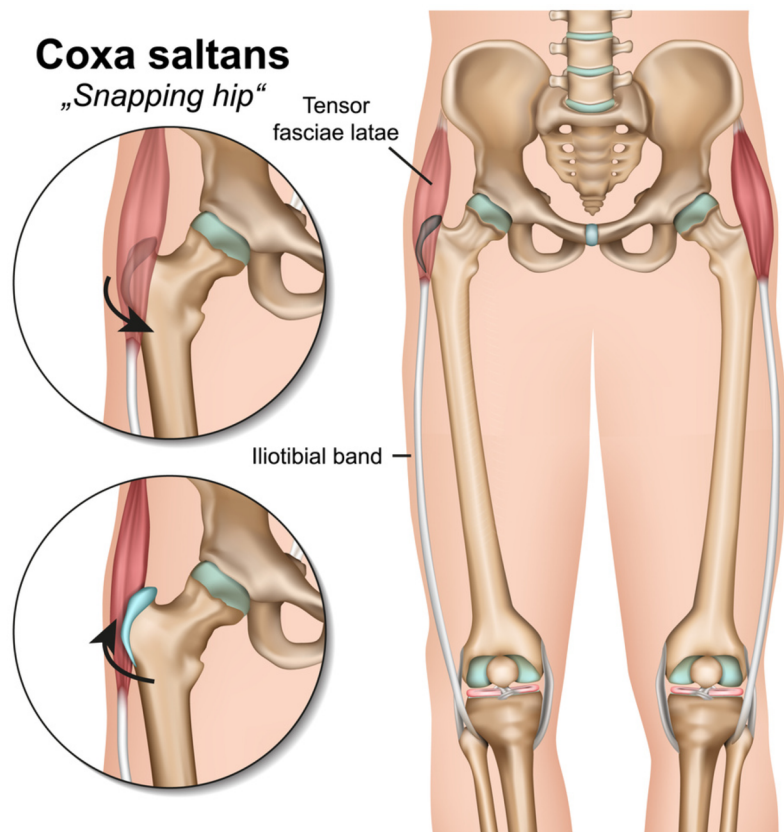
# SÍNDROME DO QUADRIL EM RESSALTO

## DEFINIÇÃO

O estalido do quadril, também conhecido como "coxa saltans" ou "quadril de bailarina", é caracterizado por uma sensação geralmente indolor de estalo ou estalido durante determinados movimentos do quadril, incluindo caminhar, levantar-se de uma posição sentada ou durante movimentos rotacionais. Essa condição pode se desenvolver devido ao uso excessivo e é frequentemente associada a indivíduos que realizam movimentos repetitivos, como dançarinos de balé, levantadores de peso, jogadores de futebol e corredores. É um pouco mais comum em mulheres e pode afetar ambos os quadris.

O estalido, que pode ser descrito como interno ou externo, ocorre quando um músculo ou tendão se move sobre um ponto ósseo ao redor do quadril (consulte a tabela para obter mais detalhes).

## PATIENT INFORMATION FACT SHEET





Síndrome do estalido do quadril	Movimento do quadril	Tendão afetado	Ponto ósseo
Interno	Flexão ou extensão	Tendão iliopsoas	Trocânter menor, cabeça do fêmur ou eminência iliopúbica
Externo (mais comum)	Flexão, extensão, rotação externa ou interna	Banda iliotibial	Trocânter maior

### DIAGNÓSTICO

É mais provável que a ruptura do quadril se torne evidente durante um exame físico. Os indivíduos geralmente conseguem identificar a localização do problema e reproduzir os sintomas à vontade. Uma vez confirmado o diagnóstico provável, podem ser realizados exames de imagem, incluindo raios X, ressonância magnética e injeção de anestésico local guiada por ultrassom, para verificar se há danos em outras estruturas. Quando não houver dor, o tratamento não será necessário, mas quando o estalido for sintomático ou se houver outras áreas de dor ao redor do quadril, uma série de tratamentos poderá ser discutida.

### TRATAMENTO NÃO CIRÚRGICO

Em um primeiro momento, medidas conservadoras, como repouso, modificação de atividades, medicação anti-inflamatória, injeções de esteroides e fisioterapia, geralmente proporcionam alívio da dor.

### TRATAMENTO CIRÚRGICO

Os procedimentos a seguir podem ser sugeridos por um cirurgião de preservação do quadril para o tratamento da síndrome do quadril em ressalto:

- Liberação ou alongamento da banda iliotibial ou liberação do glúteo máximo
- Liberação ou alongamento do tendão iliopsoas

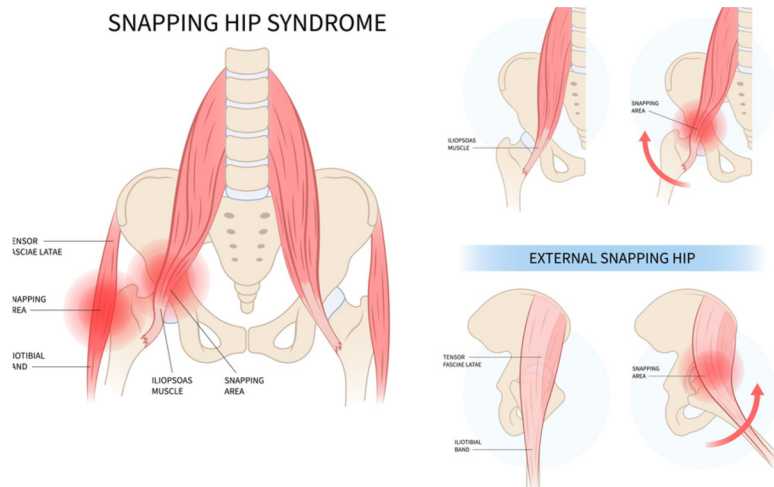
Os procedimentos cirúrgicos para tratar a síndrome do quadril em ressalto podem ser realizados por meio de uma abordagem aberta ou artroscópica, mas a última é geralmente a opção preferida pelos cirurgiões de preservação do quadril. Outros problemas do quadril podem coexistir com essa condição, portanto, o tratamento cirúrgico para eles também pode ser considerado.

### O QUE ESPERAR APÓS A CIRURGIA

A recuperação após a cirurgia artroscópica geralmente é mais rápida do que após um procedimento aberto e, portanto, o retorno às atividades também é mais fácil. O retorno ao esporte também dependerá dos resultados da cirurgia e as orientações serão fornecidas pelo cirurgião responsável pela preservação do quadril e pelo fisioterapeuta.

Pode haver limitações de peso e de atividades durante os primeiros dois ou três meses, o que varia de acordo com os cirurgiões e depende dos resultados da cirurgia e das técnicas realizadas.

A fisioterapia pode começar após a cirurgia, aumentando gradualmente a amplitude de movimento, a estabilidade, a força, a mobilidade e a função em um período de até seis meses, dependendo da cirurgia realizada e dos objetivos individuais.



For further information about ISHA - The Hip Preservation Society, how to find an experienced hip preservation surgeon or physiotherapist, or to make a donation, visit [www.ishasoc.net](http://www.ishasoc.net). Charity registered in England and Wales, number 199165.