

---

## Síndrome do Túnel do Carpo

Miriam das Dores Mendes Fonseca

O túnel ou canal do carpo é uma estrutura anatômica que se localiza entre a mão e o antebraço. Através desse túnel rígido passam os tendões flexores, que são revestidos pelo tecido sinovial, além do nervo mediano, que controla a sensação e movimento do polegar. O aumento da pressão dentro do canal provoca compressão do nervo mediano e, conseqüentemente, resulta na neuropatia denominada síndrome do túnel do carpo.

### Sintomas

A síndrome do túnel do carpo se desenvolve lentamente. É provável que os primeiros sintomas sejam notados durante a noite ou ao acordar, nas primeiras horas da manhã. Os principais sintomas são a parestesia, sensação semelhante à "alfinetadas e agulhadas", e adormecimento. A evolução da síndrome dificulta manipular estruturas pequenas e executar tarefas simples, como pregar um botão, manipular uma agulha ou segurar uma xícara. Algumas pessoas relatam que têm a sensação de que os dedos estão inchados, embora nenhum inchaço esteja presente; assim como podem ter dificuldade para distinguir entre quente e frio.

### O que causa a síndrome do túnel do carpo?

Não há uma causa definitiva da síndrome do túnel do carpo. Como o túnel cárpico é estreito e rígido, o nervo mediano pode ser comprimido e causar dor quando houver inchaço ou inflamação na região.

### Incidência da síndrome do carpo

As mulheres são três vezes mais propensas do que os homens em desenvolver tal síndrome. Certas condições podem também aumentar o risco. Essas incluem: diabetes, gota, hipotireoidismo, artrite reumatoide, gravidez, entorse ou fratura no pulso.

### O que acontece se a síndrome do carpo não for tratada?

No início, os sintomas da síndrome do túnel do carpo vêm e vão, mas como a condição piora, os sintomas podem se tornar constantes. A dor pode irradiar-se para todo o braço até o ombro. Ao longo do tempo, se não tratada, a síndrome do túnel do carpo pode provocar atrofia nos músculos ao lado do polegar atingido. Mesmo com o tratamento, a força e a sensação não serão completamente restauradas.

### Como diagnosticar a patologia?

Algumas condições patológicas podem imitar a síndrome do túnel do carpo. Essas incluem lesões musculares, em ligamento ou tendão; artrite; patologias que acometem os nervos, tais como neuropatia diabética.

### Eletrodiagnósticos

Para confirmar o diagnóstico, o médico solicitará um estudo da condução nervosa. Neste teste, os eletrodos são colocados nas mãos e nos pulsos e pequenos choques elétricos são aplicados para medir a rapidez com que o nervo mediano transmite impulsos. Outro teste, chamado de eletromiografia, utiliza uma agulha fina inserida no músculo para medir a atividade elétrica e avaliar os danos no nervo mediano.

## **Tratamento: repouso e imobilização**

Causas subjacentes, tais como diabetes ou artrite vão precisar de tratamento mais específico para a condição primária. Em seguida, o médico pode aconselhar o descanso da mão e punho e utilização de um dispositivo para limitar o movimento. Além disso, o uso durante a noite é importante para evitar a movimentação do pulso durante o sono. Ainda, pode ser necessário fazer uso de fármacos anti-inflamatórios não esteroidais, tais como ibuprofeno e naproxeno, juntamente com compressas frias, para reduzir a dor.

Quando os sintomas do túnel do carpo são mais graves, o médico pode recomendar injeções de corticosteróides ou administração por via oral, visto que os esteroides podem reduzir temporariamente a inflamação em torno dos nervos e facilitar a passagem dos nervos medianos. A injeção de anestésico local, como a lidocaína, também pode aliviar os sintomas. Ainda, podem ser incluídos diuréticos no tratamento, a fim de promover redução no inchaço, e suplementação de vitamina B6.

Os sintomas da síndrome do túnel do carpo podem diminuir com alongamento e fortalecimento muscular, além de ajudar a prevenir a dor, dormência e fraqueza.

## **A síndrome do túnel do carpo pode ser prevenida?**

Embora não exista nenhuma maneira definitiva para evitar a síndrome do túnel do carpo, alguns procedimentos podem auxiliar na prevenção: boa postura, presença de objetos ergonômicos no local de trabalho, mãos e pulsos regularmente alongados.

## **Fontes**

- <http://www.webmd.com/pain-management/carpal-tunnel/ss/slideshow-carpal-overview>
- <http://www.neurocirurgia.com/content/tunel-do-carpo>