

Doutor, cartilagem do quadril regenera?

Infelizmente, a resposta é não!

A cartilagem hialina que reveste a superfície articular da articulação coxo-femoral não se regenera, de fato, por nenhum método atual.

Muitas experiências têm sido feitas com uso de PRP (plasma rico em plaquetas), concentrado de células –tronco mesenquimais, infiltrações com ácido hialurônico e outras substâncias além de terapias “alternativas” diversas e mesmo uso de aparelhos bizarros, todas sem comprovação científica robusta, sem reprodutibilidade e prometendo verdadeiros milagres.

Portanto, regenerar cartilagem não é ainda possível. Por vezes, um efeito positivo temporário e fugaz é notado com algumas intervenções, mas sempre afetado por fatores outros que não o procedimento em si, especialmente o chamado efeito placebo.

No entanto, uso de medicamentos condroprotetores pode ter um leve efeito positivo em preservar a cartilagem (não regenera-la!), embora sem nível elevado de evidência e com uso bastante controverso.

Controle ou perda do peso corporal e atividades físicas com reforço muscular sob orientação juntamente com medicamentos tradicionais podem proporcionar alívio e proporcionar alguma sobrevida a articulação doente.

Pessoas que dizem ter melhorado após estas práticas empíricas e/ou experimentais, de modo geral, fazem concomitantemente outros tratamentos e os resultados são interpretados de forma equivocada, face a vários vieses .

Antes de investir tempo e recursos, de alimentar esperanças e falsas expectativas consulte um especialista ou as fontes científicas disponíveis na Internet como o Google Scholar e os *guidelines* das sociedades médicas.

Não se deixe enganar por postagens atrativas e espetaculares em redes sociais, nem sempre fiéis à verdade científica, geralmente com altos custos.

Existem inúmeros experimentos e estudos sérios em andamento e futuramente é possível que se obtenha um método eficaz e confiável para regenerar a cartilagem. Essa é a expectativa para as próximas décadas.

Hoje em dia, tudo o que existe são testes e tentativas, mas sem evidências fortes e definitivas caminhando ao lado de pura especulação e também de charlatanismo e exploração comercial da ingenuidade humana.

A resposta para uma coxartrose avançada continua sendo uma cirurgia de substituição articular, a artroplastia total do quadril.

É preciso separar sonhos e expectativa de evidência confiável e da realidade.