

# Tratamento de hérnia tem avanços no País

**PAULA FELIX**  
SÃO PAULO-AE

Problema que causa dores na coluna e perda da força, a hérnia de disco tem sido um fantasma para atletas olímpicos brasileiros. Responsável pelo corte do jogador de basquete Anderson Varejão e por dar um susto na saltadora Fabiana Murer, a doença atinge mais de 5 milhões de brasileiros atualmente, mas pode ter um tratamento de sucesso com fisioterapia e procedimentos cirúrgicos minimamente invasivos.

‘É um porcentual pequeno das pessoas que precisam de cirurgia. A tendência é ser menos invasivo e isso resolve 89% dos casos. As grandes instituições no Brasil e no mundo trabalham sem cirurgia em coluna, porque é possível tratar com fisioterapia’, explica o fisioterapeuta e diretor do Instituto de Tratamento da Coluna Vertebral, Helder Montenegro.

O problema é causado por questões genéticas, mas

também por má postura, sedentarismo e obesidade - e pode aparecer em pessoas que exercem atividades que forçam a coluna. Ela se caracteriza pela degeneração do disco, uma estrutura localizada entre as vértebras. Após esse processo, ele se desprende e começa a causar compressão em estruturas nervosas, o que provoca a dor.

‘Quando é na região lombar, que é o tipo mais comum, a pessoa sente uma dor na coluna que irradia para a perna, perda da força nos membros e pode até ter perda na capacidade de controle das necessidades fisiológicas’, afirma Alexandre Fogaça Cristante, ortopedista do Instituto de Ortopedia e Traumatologia do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo e diretor da Sociedade Brasileira de Coluna (SBC). Cristante diz que 80% das pessoas terão lombalgia em algum momento de suas vidas e cerca de 10% delas terão hérnia de disco.



Arquivo

**Tratamento evita as dores na coluna e também perda da força**