



Artigo de Opinião de Nuno Alegrete, Ortopedista Pediátrico, Presidente da Direção da Sociedade Portuguesa de Ortopedia Pediátrica, Professor Afiliado da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto

Já olhou para as costas do seu filho hoje?

A escoliose idiopática é uma alteração na forma da coluna vertebral, que se caracteriza por uma ou mais curvaturas laterais. Esta doença surge com maior frequência no período de crescimento rápido, no final da infância e início da adolescência, e afeta, sobretudo, raparigas. A sua causa não é conhecida, mas sabe-se que existe uma forte predisposição genética. Habitualmente, não provoca dor nem se manifesta com qualquer outro sintoma, podendo passar despercebida durante bastante tempo. Quando identificada precocemente, é possível travar a sua evolução e, na maior parte das situações, evitar a progressão para formas graves.

Neste contexto, a família desempenha um papel essencial. Os pais são, muitas vezes, os primeiros a notar pequenas alterações no corpo da criança. Como a escoliose evolui de forma gradual, sinais discretos podem não ser evidentes numa fase inicial, tornando a observação atenta ainda mais importante.

Existem alguns sinais de alerta que devem motivar atenção. Entre eles, destacam-se a diferença na altura dos ombros, uma omoplata mais saliente do que outra, assimetria na zona da cintura, inclinação do tronco para um dos lados, diferença na forma como os braços caem ao longo do corpo e, sobretudo, uma diferença na altura das costelas, na zona das costas, quando a criança se inclina para a frente.

Estes sinais não significam necessariamente a presença de escoliose, mas justificam uma avaliação médica. Um exame clínico simples pode esclarecer a situação e iniciar o acompanhamento mais adequado.



Quando a escoliose é detetada numa fase precoce, existem várias orientações possíveis. Nas formas mais leves, pode ser suficiente vigiar a evolução da curva ao longo do crescimento ou controlá-la com exercícios específicos de fisioterapia. Noutros casos, o uso de coletes ortopédicos pode ajudar a travar a progressão da doença, com bons resultados comprovados e evitando a necessidade de uma cirurgia.

O diagnóstico tardio pode ter consequências relevantes. Durante a fase de crescimento mais rápido, as curvas podem agravar-se bastante, causando alterações físicas, estéticas, com impacto na autoestima e no bem-estar emocional, muitas vezes em relação com perturbações do comportamento alimentar, ansiedade, depressão e alterações do rendimento escolar. Em situações mais avançadas, podem também surgir dores e limitações na realização de atividades desportivas. Quando as curvas têm maior gravidade, as medidas de tratamento conservador (fisioterapia e coletes) tornam-se inúteis, obrigando à realização de cirurgia.

A atenção da família pode fazer toda a diferença. Observar o crescimento, valorizar pequenas assimetrias e procurar aconselhamento médico podem alterar significativamente o percurso da doença.

No contexto do Dia Internacional da Família, importa reforçar este papel fundamental. A proximidade, o cuidado e a vigilância diária permitem identificar precocemente alterações que, de outra forma, poderiam passar despercebidas. Cuidar da saúde da coluna das crianças e adolescentes é também uma forma de cuidar do seu futuro.

E então... vai olhar para as costas do seu filho hoje?