

# Jornal do CONE

Tratamento especializado  
para **você**,  
que é especial.



Centro Ortopédico e Neuromuscular Eickhoff

TRÊS DE MAIO - RS

Ano I - nº 1

Setembro/2005



**Clínica São Vicente**  
Três de Maio - RS

**Hospital**  
**São Vicente de Paulo**  
Instituição Verzeri - Três de Maio - RS

*Gostaríamos de apresentá-los ao **Jornal do CONE**. Este jornal será publicado periodicamente para informá-lo das novidades médicas nas áreas de ortopedia, traumatologia, tratamento da dor crônica, anestesiologia na área ortopédica e traumatológica, doenças neuromusculares e meios diagnósticos. Também lhes informará quanto aos congressos e cursos que os membros do CONE participarão, aquisição de equipamentos e melhoramentos realizados no nosso serviço.*

O CONE Centro Ortopédico e Neuromuscular Eickhoff foi criado nos primórdios de 2005 com objetivo de aprimorar o atendimento oferecido a você, nosso(a) cliente. É um centro médico com profissionais trabalhando integradamente no tratamento das doenças do sistema neuromúsculo-esquelético: ortopedistas/traumatologistas, anestesistas, especialista em tratamento da dor crônica, neurologista, fisioterapeutas. Ainda, pertencendo a Clínica São Vicente, recebe o suporte de todas as especialidades atendidas nesta, como também há a parceria com o Serviço de Radiologia do HSVP, que oferece potentes aparelhos de RX, densitometria óssea e tomografia computadorizada com processadora digital. Nos meios diagnósticos ainda utilizamos a ecografia, método sem radiação e cada vez mais difundido para o diagnóstico destas patologias. Necessitando exames de laboratório, estes poderão ser realizados no Laboratório São Vicente.

Todos estes serviços estão disponíveis no mesmo local, e é possível realizar a consulta e todos os exames necessários logo após a solicitação, facilitando o diagnóstico e agilizando o início do seu tratamento.

Na idealização do CONE, objetivando manter o trabalho pioneiro por mais de 40 anos do Dr. Armando Eickhoff nesta área, foram realizados investimentos na melhoria das áreas físicas e nos serviços de atendimento. Na área física, foram reformados os consultórios e reformulada a

FisioCONE, centro de fisioterapia e reabilitação. Também foi inaugurado um consultório de avaliação fisioterápica, onde todos os pacientes que iniciarão o tratamento fisioterápico serão avaliados.

Em relação aos serviços, procuramos facilitar o agendamento de consultas, oferecendo um número de DDG (0800) para os pacientes de outros municípios, agendamento pela internet e um telefone exclusivo para esclarecimento de dúvidas e orientação sobre os tratamentos e procedimentos cirúrgicos, além dos números de telefone da Clínica São Vicente.

Nos adequando as transformações que a internet proporcionou, foi criado o site do CONE, que pode ser acessado através do endereço [www.cone.med.br](http://www.cone.med.br) e que permite obter informações sobre o CONE, agendar consultas, entrar em contato através de e-mail, verificar dicas de saúde e orientações de tratamentos. O site está constantemente recebendo novidades e sugerimos que o acesse regularmente para manter-se informado das notícias médicas na nossa área de atuação.

Neste suplemento do **Jornal do CONE** há um artigo sobre osteoporose, doença de fácil prevenção e que ocorre com grande frequência. Leia e informe-se.

## OSTEOPOROSE

### 1. O que é osteoporose?

Osteoporose é a diminuição da quantidade de osso no corpo de uma pessoa. A partir dos 45 anos há uma perda de 0,3 a 0,5% da densidade óssea por ano, o que é considerado normal. Perdas maiores do que estas taxas caracterizam osteoporose.

### 2. Quais são as causas de osteoporose?

- \* envelhecimento;
- \* menopausa;
- \* dieta pobre em cálcio;
- \* imobilização prolongada;
- \* alguns medicamentos, como os

corticosteróides, anticonvulsivantes, hormônios da tireóide, anticoagulantes, entre outros;

\* outras doenças: algumas doenças podem levar a osteoporose, como insuficiência renal crônica, doenças da glândula tireóide e paratireóide, reumatismos, etc.;

\* cigarro e álcool.

### **3. Qual a importância da osteoporose?**

A osteoporose é uma doença preocupante. Os dados sobre osteoporose nos Estados Unidos são alarmantes. Vinte e cinco a 35 milhões de pessoas, principalmente as mulheres, têm a doença. Uma em cada três mulheres e um em cada seis homens terá sofrido uma fratura do quadril na velhice extrema. Após os 65 anos de idade, uma em cada três mulheres sofrerá fratura da coluna.

### **4 Quais as principais conseqüências da osteoporose?**

As fraturas por traumas pequenos são a sua principal conseqüência. A coluna, quadris e punhos são os ossos que mais freqüentemente sofrem estas fraturas.

### **5. Como a osteoporose é diagnosticada?**

O diagnóstico é realizado através do exame de densitometria óssea. O RX simples somente mostra a osteoporose em estado muito avançado. Portanto, cuidado. É difícil e falho fazer o diagnóstico de osteoporose desta maneira. A investigação da doença pode incluir exames de sangue e de urina, principalmente em pessoas mais jovens. Estes serão solicitados a critério do médico assistente.

### **6. O que é osteopenia?**

A fragilidade óssea pode ser classificada como osteopenia ou osteoporose. Osteopenia é uma perda

leve de massa óssea (menos de 20%) e osteoporose é uma perda mais acentuada (mais de 20%).

### **7. Qual é o tratamento para osteoporose?**

O tratamento da osteoporose é feito com medicações e mudanças no estilo de vida. O tratamento medicamentoso deve ser selecionado de acordo com a necessidade de cada indivíduo e experiência do médico. O maior objetivo do tratamento é impedir a progressão da doença e, quando possível, recuperar a resistência óssea. Pesquisas inovadoras e desenvolvimento de novas medicações nesta área apresentarão resultados importantes em futuro próximo.

### **8. A osteoporose pode ser prevenida?**

Sim. Através de medidas bastante simples a osteoporose pode ser prevenida.

- \* dieta rica em alimentos que possuem cálcio;
- \* evitar café, bebidas alcoólicas, fumo e vida sedentária;
- \* aumentar a atividade física, principalmente fazer caminhadas em passo acelerado;
- \* fazer avaliações periódicas do seu estado de saúde;
- \* Fazer tratamento medicamentoso preventivo caso você seja usuário crônico de medicações que podem causar osteoporose.

### **9. Existem tratamentos milagrosos para osteoporose?**

É claro que não. Tratamentos que são vendidos por propaganda em televisão e outras receitas milagrosas além de não ajudar atrapalham, pois impedem que o paciente faça o que realmente é correto. Consulte o seu médico e solicite esclarecimentos.

Encarando de frente a osteoporose, você evita que ela se torne uma preocupação a mais na sua vida.

Para mais informações sobre osteoporose, acesse o site [www.cone.med.br](http://www.cone.med.br).

Também sugerimos:

**Sites em Português**

[www.sbgg.org.br](http://www.sbgg.org.br)  
[www.sbot.org.br](http://www.sbot.org.br)

**Sites em Inglês**

[www.osteoporosis.org](http://www.osteoporosis.org)  
[www.nof.org](http://www.nof.org)  
[www.nos.org.uk](http://www.nos.org.uk)

### **Equipe do CONE**

**ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA**

Dr. Alex Eickhoff

Dr. Paulo F. L. Fagundes

**CLÍNICA DA DOR**

Dr. Ronaldo O. Mendes

**Internet:**

[www.cone.med.br](http://www.cone.med.br)

**DDD**

(55) 3535-1710 / 3535-1950

**DDG (Discagem Gratuita)** das 8:00 às 11:30 Hs.

0800 541-0550

**Agradecemos a sua atenção e até o próximo número do Jornal do CONE.**