

TERAPIAS NÃO CIRÚRGICAS PARA O TRATAMENTO DE EPICONDILITE MEDIAL

INTRODUÇÃO: Epicondilite medial, também conhecida por “cotovelo de golfista”, é causada devido a uma lesão por esforço repetitivo na origem do tendão comum dos flexores, no epicôndilo medial, gerando dor crônica e redução da funcionalidade do cotovelo, geralmente do braço dominante. Em atletas, a epicondilite medial é mais comum em arremessadores, portanto em esportes que necessitam de intensa flexão do punho, como no beisebol, lançamento de dardo, levantamento de pesos, golfe e boliche. Em um primeiro momento a nível terapêutico, faz-se o uso do tratamento conservador, com anti-inflamatórios, fisioterapia, repouso, uso de talas e de órteses. Essas técnicas tendem a atenuar os sintomas, mas podem não ser completamente resolutive. **OBJETIVO:** Analisar as principais terapias não cirúrgicas para epicondilite medial nos últimos cinco anos. **MÉTODO:** Revisão integrativa e retrospectiva no PubMed, utilizando a seguinte chave de busca: “medial AND epicondylitis AND therapy”. Foram revisados 16 artigos e selecionados 5 de maior relevância ao tema. **RESULTADOS:** A radioterapia de baixa dose se mostrou benéfica para o alívio da dor e aumento de força. A injeção com plasma rico em plaquetas e a tenotomia percutânea guiada por ultrassom aliviaram a dor e melhoraram a amplitude de movimento. Algumas terapias tiveram efeitos mais benéficos que a cirurgia, como a injeção com plasma rico em plaquetas, aplicação de concentrado de aspirado de medula óssea e injeção de tenócito autólogo. **CONCLUSÃO:** Estudos recentes indicam opções mais viáveis e eficazes do que o tratamento conservador e menos invasivas do que intervenções cirúrgicas para a melhora da epicondilite medial.

PALAVRAS-CHAVE: Tendinopatia do cotovelo. Transtornos traumáticos cumulativos. Plasma rico em plaquetas.