**Uma Visão Geral da Dor na Omoplata**

Causas e diagnósticos da dor escapular

Por Lynne Eldrifge, MD Revisão médica por Doru Paul, MD em 01/11/19

Dor na omoplata pode ser confusa porque as causas não são sempre óbvias. Este sintoma pode ser um sinal de algo sério como um ataque cardíaco ou câncer pulmonar, ou algo simples como dormir incorretamente ou má postura no trabalho. Existem muitas outras causas potenciais, variando de doença degenerativa do disco, à artrite, à doença na vesícula ou mesmo herpes zoster. O que você deve saber se está experenciando dor na região das omoplatas (sua escápula), quais questões seu médico pode perguntar, e quais testes ele pode recomendar?



**Visão Geral**

Antes de falar sobre sintomas, ajuda a descrição exata da localização estamos falando quando descrevemos omoplatas. As omoplatas - conhecidas clinicamente como escápulas – são os ossos de formato triangular da parte superior de suas costas que se destacam e ficam mais visíveis quando você estende seus cotovelos em direção às suas costas. As omoplatas têm muitas funções, uma das quais é apoiar os movimentos centrais do ombro.

Dor na região da omoplata pode ser por múltiplas causas. Pode ser por causa de inflamação na própria escápula ou dor referida de outras áreas do corpo. Qual omoplata está afetada é uma questão importante, pois algumas condições são propensas a afetar a omoplata esquerda, e outras mais propensas a afetar a direita.

Este articulo fala sobre o que ocorre nas omoplatas em vez dos ombros. Se você estiver experenciando dor no seu ombro, considere ler mais sobre os sintomas na dor nos ombros e causas da dor no ombro, ou ao invés disso, aprenda sobre as possíveis causas da dor das omoplatas.

**Causas Possíveis**

Dor nas omoplatas podem estar relacionadas a inflamação ou trauma na área do próprio ombro, ou pode ao invés disso ser por causa da referida dor de outras regiões no peito e abdômen. Por isso, dor experienciada nesta área pode ser algo tão simples quanto uma tensão muscular leve ou tão séria como uma condição do coração ou do pulmão ou um câncer.

Algumas condições são mais propensas a causarem dor referida nas omoplatas de um lado. Por exemplo, doença vesicular pode causar dor referida no ombro direito enquanto condições cardíacas são mais propensas para causar dor referida na omoplata do ombro esquerdo.

Vamos dar uma olhada nas possíveis causas na dor da omoplata divida em diferentes sistemas de órgãos e regiões do corpo.

**Causas Musculoesqueléticas**

A causa mais comum da dor na omoplata é uma tensão muscular. Uso excessivo a curto prazo de seus braços e parte superior do tronco podem ocorrer na sua escápula. Esta dor pode ser acompanhada de dor em outros grupos musculares, como ombros ou costas, mas pode também ser sentida somente em sua omoplata. Mesmo algo tão simples como dormir em posição errada (especialmente dormir prolongadamente em um lado) pode causar esta dor.

No geral, tensões musculares geralmente parecem um “músculo puxado” e é mais provável de ser o caso de você ter iniciado um novo programa de exercícios, feito exercícios que você não estava acostumado, ou dormido em uma nova ou diferente cama. Dor prolongada pode estar relacionada a condições como fibromialgia ou síndrome da dor miofascial.

Outras condições musculares que podem causar dor na omoplata incluem lesões do manguito rotator e uma condição conhecida como síndrome da ruptura da escápula. Síndrome da ruptura da escápula é notável por ter sintomas de rachaduras e estalos (crepitação) ao longo da parte interna da omoplata. Muitas pessoas com esta síndrome também têm instabilidade de seus ombros acompanhada de dor no ombro.

**Causas Relacionadas ao Osso e Articulações**

Problemas ósseos como fraturas não são comuns na omoplata, pois as escápulas são consideradas um dos ossos mais difíceis de fraturar. Não é provável que você tenha uma fratura escapular sem lembrar-se da causa. Causas normalmente incluem quedas ou acidentes em veículos de alta velocidade. A parte óssea da sua escápula pode ser afetada sem um histórico de trauma se você tem uma histórico de câncer.

A osteoporose pode afetar as omoplatas, ombros ou pescoço, resultando em dor na omoplata.

Artrite pode resultar em dor nas omoplatas de várias formas. A escápula pode estar diretamente envolvida ou você pode estar experienciando dor referida de artrite em outras regiões de seu peito incluindo sua espinha, ombros ou costelas.

Finalmente, compressão dos nervos no pescoço por discos colapsados ou deslocados ou estenose espinhal pode resultar em dor referida nas omoplatas. Com doença no disco, você pode ter dor no pescoço ou dormência e formigamento do braço até suas mãos. A localização da dor nas omoplatas relacionada à doença do disco cervical está sendo avaliadas pela habilidade de ajudar os médicos a identificarem a localização da compressão do nervo que requer cirurgia.

**Causas Relacionadas ao Coração (Cardíacas)**

Enquanto a dor nas omoplatas ocorrem menos comumente do que a dor no peito, a dor que ocorre na omoplata sozinha foi bem documentada em pessoas com ataques cardíacos.

Ataques cardíacos, especialmente em mulheres, devem ser considerados com qualquer forma de dor no torso.

Condições como pericardite (inflamação do revestimento do coração) ou dissecção aórtica pode ser experienciada apenas como dor na omoplata esquerda.

Se você não está seguro sobre a causa de sua dor e tem algum fator de risco para doença cardíaca, busque atenção médica imediatamente.

**Causas Relacionadas ao Pulmão (Pulmonar)**

Um vasto percentual de pessoas com câncer de pulmão e mesotelioma experimentam dor em seus ombros ou nas omoplatas. Tumores de Pancoast são uma forma de câncer de pulmão que crescem na parte superior dos pulmões e tipicamente causam dor nos ombros, omoplatas e braços mais do que sintomas típicos de câncer pulmonar.

Condições pulmonares como embolia pulmonar (coágulos sanguíneos nas pernas que se rompem e chegam aos pulmões) ou pneumotórax (um pulmão colapsado) são as possíveis causas.

**Causas Relacionadas à Parede Torácica (Pele e Tecidos Moles)**

Herpes zoster, uma infecção causada pelo mesmo vírus que causa catapora, pode causar dor na omoplata. A dor é normalmente uma dor de queimação ou formigamento. Enquanto a herpes zoster normalmente envolve uma erupção cutânea que ocorre na região do nervo afetado, a dor frequentemente precede a erupção cutânea por alguns dias, tornando o diagnóstico difícil de início.

**Causas Abdominais e Pélvicas**

Você pode se surpreender em saber que problemas abdominais ou mesmo pélvicos podem causar dor na omoplata, mas isto é realmente muito comum. Irritações nervosas que passam pela base do diafragma (os músculos que separam a cavidade torácica da cavidade abdominal) pode causar dor que parece que foi originada em seu ombro ou omoplata. Você pode ter ouvido pessoas falarem sobre ter dor no ombro ou na omoplata depois da cirurgia. Quando gás é injetado na cavidade abdominal durante uma cirurgia laparoscópica, ele constantemente irrita os nervos ao longo do fundo do diafragma resultando em dor no ombro pós-cirúrgica.

Algumas condições que podem causar dor na omoplata incluem cálculos biliares, úlcera péptica, refluxo ácido e doença hepática. Com estas condições, a dor referida é sempre na omoplata direita. O pâncreas é parte do sistema digestivo, mas é provável que a pancreatite cause dor na omoplata esquerda.

**Malignidade (Câncer)**

Somado ao câncer pulmonar, outros tumores envolvendo o tórax, como linfomas ou câncer abdominal como câncer esofágico, câncer estomacal, câncer de fígado ou câncer pancreático podem causar dor à omoplata. Metástase óssea pode ocorrer com cânceres como câncer mamário, câncer pulmonar, câncer esofágico e câncer de cólon.

**Diagnósticos**

Seu médico irá começar tomando um cuidadoso histórico e fazendo um exame físico. Muitas causas da dor na omoplata podem ser diagnosticadas baseadas no seu histórico. Ele ou ela irão fazer um exame físico cuidadoso, embora estudos sugiram que é geralmente difícil de diagnosticar a causa da dor na omoplata baseada apenas no exame físico. Outros testes e estudos podem incluir:

**Estudos Radiológicos**

Estudos radiológicos podem incluir raio-X torácico, tomografia computadorizada do tórax e outras regiões de seu corpo, uma ressonância magnética do seu tórax ou outras regiões, e/ou uma tomografia se você tem histórico de câncer. Tenha em mente que um raio-X regular do tórax pode deixar passar algumas causas e raio-X do tórax são normais em aproximadamente uma entre quatro pessoas com câncer pulmonar.

**Testes Cardíacos**

Se seu médico estiver preocupado com a possibilidade de dor se originar no coração, testes como EKG ou teste de stress podem ser recomendados. Vale a pena repetir que dor no coração, especialmente em mulheres, pode ser observadas somente nas omoplatas.

**Exames Abdominais**

Testes como uma endoscopia superior podem ser feitos para avaliar seu estômago e intestino delgado. Numa endoscopia, você toma uma medicação que te deixar cansado e um tubo é enfiado através da boca e para seu esôfago e estômago, permitindo ao médico visualizar cuidadosamente estas áreas. Um ultrassom pode ser feito para avaliar sua vesícula biliar e uma tomografia pode ser feita para ver seu fígado e pâncreas.

**Exames de Sangue**

Testes sanguíneos também podem ser feitos. Testes de funcionamento do fígado podem ser feitos para checar inflamações de seu fígado (que geralmente pode ser referido ao seu ombro esquerdo ou omoplata). Teste podem também ser feitos para descobrir formas inflamatórias de artrite e outras doenças do tecido conjuntivo.

**Questões que seu Médico pode Perguntar**

Enquanto algumas questões podem ser únicas para seu histórico e situação de saúde, em muitos casos esteja preparado para responder:

* Qual omoplata está dolorida? Sua omoplata direita, sua omoplata esquerda ou ambas?
* Há quanto tempo você sente dores?
* A dor veio gradualmente ou repentinamente?
* Você mudou sua rotina de exercícios recentemente?
* Você participa de atividades que geralmente causam dor nos ombros ou omoplata? Por exemplo, tênis, golfe, natação, basquete, badminton, raquetball?
* A dor é do mesmo lado do corpo sobre o qual você dorme?
* Como você descreveria sua dor? Por exemplo, é aguda ou insípida, superficial (na superfície) ou profunda, ardente ou dolorida, lancinante ou firme?
* O que faz a dor piorar? Por exemplo, fazer certos movimentos, uma respiração profunda ou comer torna a dor pior?
* O que melhora a dor?
* Quais outros sintomas você tem tido? Por exemplo, falta de ar, dor em outras regiões de seu corpo, tosse, dor no tórax, rouquidão, perda de peso inexplicável ou dor abdominal.
* Você fuma ou já fumou?

**Tratamento**

O tratamento da dor da omoplata dependerá na causa subjacente da dor. Se a dor no ombro está relacionada à uma tensão muscular, a sigla RICE pode ser útil. Ela significa:

* Descansar
* Gelo
* Compressão
* Elevação (isto pode ser de alguma forma difícil, mas encontrar uma posição que você esteja confortável pode ajudar)

Para dores musculoesqueléticas na omoplata que persiste, calor ou fisioterapia podem ajudar. Se não há razões que você não possa tomar anti-inflamatórios, tratamento com Advil (ibuprofeno) ou Aleve (naproxeno) podem também reduzir o desconforto. Alongamento e/ou massagem têm sido também benéficos para algumas pessoas.

Para outras causas de dor, o tratamento deve abordar causas subjacentes, como radiação, modificadores ósseos ou quimioterapia para dores relacionadas ao câncer.

**Quando Ligar para seu Médico**

Se você tem dor na omoplata que persiste por alguns dias, é importante marcar uma consulta com seu médico – mesmo que você tenha participado de atividades que você suspeite ter causado a dor. Se sua dor é severa ou vem acompanhada de sintomas de dor torácica, falta de ar ou se você simplesmente tem a impressão que algo sério está errado, chame 199 ou seu médico imediatamente.

**Leia a seguir: Fisioterapia para Dor no Ombro**

**Artigos Fonte**

Verywell Health utiliza apenas fontes de alta qualidade, incluindo estudos revisados por pares para apoiar os fatos de nossos artigos. Leia nossa política editorial para saber mais sobre como verificamos e mantemos nosso conteúdo preciso, confiável e idôneo.

1. Ronan L, tumor de D'souza S. Tumor de Pancoast apresentando-se como dor no ombro em uma clínica ortopédica . BMJ Case Rep. 2013; 2013. doi: 10.1136 / bcr-2012-008131

2. Brandt M, Sundstrup E, Jakobsen MD, et al. Associação entre dor no pescoço / ombro e sensibilidade muscular no trapézio em trabalhadores de escritório. Tratamento para dor. 2014; 2014: 352735. doi: 10.1155 / 2014/352735

3. Gostine M, Davis F., Roberts BA, et al. Características clínicas da fibromialgia numa população com dor crônica. Prática da Dor. 2018; 18 (1): 67-78. doi: 10.1111 / papr.12583

4. Kuhne M, Boniquit N, Ghodadra N, Romeo AA, Provencher MT. A escápula rompida: diagnóstico e tratamento. Artroscopia. 2009; 25 (11): 1298-311. doi: 10.1016 / j.arthro.2008.12.022

5. Suh BK, você KH, Park MS. A dor axial pode ser útil para determinar o nível cirúrgico radiculopatia multinível cervical ?. J Orthop Surg (Hong Kong). 2017; 25 (1): 2309499016684091.doi: 10.1177 / 2309499016684091

6. O'keefe-mccarthy S, Ready L. Impacto dos sintomas prodrômicos em futuros problemas cardíacos adversos Eventos: uma revisão sistemática. J Cardiovasc Nurs. 2016; 31 (1): E1-10.doi: 10.1097 / JCN.0000000000000207

7. Walter FM, Rubin G, Bankhead C, et al. Sintomas e outros fatores associados ao tempo para o diagnóstico e estágio do câncer de pulmão: um estudo de coorte prospectivo. Br J Cancer. 2015; 112 Suppl 1: S6-13.doi: 10.1038 / bjc.2015.30

8. Stankus SJ, Dlugopolski M, Packer D. Gestão de herpes zoster (telhas) e neuralgia pós-herpética. Am Fam Physician. 2000; 61 (8): 2437-44, 2447-8.

9. Nyhsen C, Mahmood SU. Hemoperitônio secundário com risco de vida à ruptura de cisto de ovário simples. BMJ Case Rep. 2014; 2014. doi: 10.1136 / bcr-2014-205061

10. Di massa A, Avella R, Gentili C. Disfunção respiratória relacionada à dor diafragmática no ombro após laparoscopia abdominal e pélvica. Minerva Anestesiol. 1996; 62 (5): 171-6.

11. Evans J, Cap. A, Salisbury H, Corrie P, Ziebland S. "Não pode ser muito importante porque vem e vai "- relatos dos pacientes sobre sintomas intermitentes que precedem um diagnóstico de câncer de pâncreas :estudo qualitativo. BMJ Open. 2014; 4 (2): e004215.

12. Demetrious J, Demetrious GJ. Metástase de câncer de pulmão na escápula e coluna vertebral: relato de caso. Chiropr Osteopat. 2008; 16: 8. doi: 10.1186 / 1746-1340-16-8

13. Stapley S, Sharp D, Hamilton W. Radiografias de tórax negativas em pacientes de cuidados primários com câncer de pulmão. Br JGen Pract. 2006; 56 (529): 570-3.

14. Mehta LS, Beckie TM, Devon HA, et al. Infarto agudo do miocárdio em mulheres: uma declaração científica da American Heart Association. Circulação. 2016; 133 (9): 916-47.doi: 10.1161 / CIR.0000000000000351

15. Blann A. Qual é o objetivo dos testes de função hepática ? Nurs Times. 2014; 110 (6): 17-9.

**Leitura Adicional**

Kibler, W., Sciascia, A. e T. Wilkes. Discinesia escapular e sua relação com lesão no ombro. Diário da Academia Americana de Cirurgiões Ortopédicos . 2012. 20 (6): 364-72.

Suh, B., Você, K. e M. Park. A dor axial pode ser útil para determinar o nível cirúrgico no radiculopatia cervical multinível. Jornal de Cirurgia Ortopédica . 2017. 25 (1): 2309499016684091.

Warth, R., Spiegl, U. e P. Millett. Bursite escapulo-torácica e síndrome da ruptura de escápula: uma revisão crítica das evidências atuais. American Journal of Sports Medicine . 2015. 43 (1): 236-45.

Wright, A. et ai. Precisão diagnóstica dos exames do teste físico escapular para distúrbios do ombro: uma revisão sistêmica. British Journal of Sports Medicine . 18 de outubro de 2012 (Epub antes da impressão)

Choi, H., Lee, P. e K. Kim. A escapuloplastia alivia a dor escapular resultante da metástase do câncer de pulmão. Médico da Dor . 2010. 13 (5): 485-91