

ARTRITE IDIOPÁTICA JUVENIL

Sobre a AIJ

A artrite geralmente é associada a pessoas mais velhas, mas também pode afetar crianças. A maioria dos tipos de artrite infantil é conhecida como artrite idiopática juvenil (AIJ). A AIJ causa inchaço, inflamação e dor em uma ou mais articulações.

Existem várias causas possíveis para a AIJ e, às vezes, a causa é desconhecida. Para algumas crianças, a AIJ entra em remissão ao longo do tempo, mas, com um bom manejo por uma equipe multidisciplinar, a maioria dos jovens com AIJ pode levar uma vida normal.

Se você ou seu filho for diagnosticado com uma artrite inflamatória, que dura mais de seis semanas antes do 16º aniversário, ela é chamada de AIJ. Geralmente ocorre entre as idades de 2-6 e 12-14 anos, sendo um pouco mais comum em meninas.



AIJ AFETA APROXIMADAMENTE 1 EM 1000 CRIANÇAS

Sintomas da AIJ

Existem vários subtipos diferentes de AIJ e os sintomas variam entre eles. Saber qual subtipo você ou seu filho tem ajuda a equipe de saúde a fornecer o melhor tratamento.

Você deve consultar um médico se você ou seu filho tiver algum desses sintomas por mais de algumas semanas:

- **articulação(s) dolorida(s), inchada(s) ou rígida(s)**, especialmente de manhã
- **dor nas costas** que piora especialmente pela manhã
- **articulação(s)** que está(ão) **quente(s)** ao toque
- aumento do **cansaço**
- **febre** recorrente
- **claudicação** sem lesão aparente

Quanto mais cedo alguém for diagnosticado com AIJ, melhor. Isso permite que o tratamento eficaz possa ser iniciado para melhorar os sintomas e retomar todas as atividades.



Exercitando-se com AIJ

É importante continuar se exercitando se você/ ou seu filho tem AIJ. Isso ajudará a manter a aptidão física geral, fortalecer e tornar os músculos mais flexíveis. Isso ajudará a prevenir danos nas articulações, melhorar o movimento, a coordenação, a confiança e a qualidade de vida.

Um fisioterapeuta irá criar um plano de exercícios adequado às suas necessidades ou do seu filho.

Conforme a artrite é controlada e a aptidão física melhora, você ou seu filho pode tornar os exercícios mais desafiadores progredindo de forma gradual.



Fisioterapia para AIJ

Os fisioterapeutas trabalham com crianças e suas famílias (e às vezes com escolas e treinadores esportivos) colaborando para desenvolver um plano que visa:

- **melhorar a função física** (mobilidade, destreza, força, resistência)
- apoiar você e sua família na **implementação de exercícios de reabilitação** na rotina
- oferecer conhecimento e habilidades para o **gerenciamento da dor**
- ajudar você ou o seu filho a trabalhar em direção a **metas de vida significativas relacionadas à atividade física** (por exemplo, esportes ou outros hobbies físicos)
- fornecer conselhos, orientações ou estratégias de prevenção para **evitar ou reduzir futuras lesões musculoesqueléticas** (esportivas)
- aumentar a confiança de você ou do seu filho nas suas próprias habilidades físicas
- ajudar a solucionar problemas e lidar com **situações difíceis** que possam surgir

A fisioterapia desempenha um papel importante no tratamento dos sintomas da AIJ e ajudará você ou o seu filho a realizar as atividades que gostam de fazer.



**World
PT Day
2023**

8 DE SETEMBRO



**World
Physiotherapy**

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday