



António Raposo\*

## Conselhos de Médico

# Síndrome de Tietz

1 - Síndrome de Tietz.

2 - Esta síndrome de Tietz é uma patologia benigna que consiste num processo inicialmente inflamatório de uma ou mais articulações das cartilagens das costelas. Deve o seu nome ao médico alemão Alexander Tietz, que descreveu a doença pela primeira vez em 1921.

3 - As nossas costelas iniciam-se junto às vértebras da coluna cervical e dorsal e “vão de roda” do tórax com direção ao osso esterno, situado à frente no peito. Só que as costelas terminam uns bons centímetros antes e continuam-se até ao esterno através das cartilagens costais. Fazem assim duas articulações na zona da frente entre o esterno e as cartilagens e entre as cartilagens e as costelas. Estas pequenas articulações sofrem pequenos traumatismos, com movimentos normais do nosso dia a dia e podem desencadear dores muito incomodativas.

4 - Como ficam na região à frente do coração (são mais frequentes na zona da 2ª e 3ª costelas) as

dores podem ser confundidas com patologia cardíaca e os doentes (a maioria são mulheres) “correm” para os cardiologistas muito assustadas...!!!

5 - O diagnóstico é feito com a história clínica e com o exame físico. Uma dor à palpação com a ponta do dedo diretamente no local da dor habitualmente é suficiente para se chegar a um diagnóstico de certeza. Os doentes perguntam sempre se “não é do coração”. Tranquilizo os meus doentes dizendo que não conheço nenhuma doença do coração que desencadeie dores à palpação da parede da caixa torácica...!!! Se dói à palpação é porque não é do coração...!!!

6 - O maior “problema” é o tratamento. Anti inflamatório no período mais agudo das dores ajudam, assim como analgésicos. Pomadas e sprays locais, aplicação de gelo e tratamentos de fisioterapia podem ajudar mas não são muito eficazes. Se a dor é localizada apenas numa ou duas articulações o recurso a uma infiltração local com cortisona e anestésico pode ter um efeito espetacular. O re-

pouso ajuda, mas se a dor é persistente por mais de 6 meses ou 1 ano não se pode ficar parado...!!!

7 - Julgo que a maior parte do “sucesso” do tratamento é explicar ao doente a sua patologia. Depois disso a pessoa fica com as mesmas dores, mas fica tranquilo porque sabe que é uma doença autolimitada.

Nota 1 - Brinco sempre com os meus doentes. Digo que de certeza que não vão morrer desta doença, porque no mundo nunca ninguém morreu dela. Mas podem ficar descansados que, no caso de morrerem disto, vão ficar famosos para a eternidade porque vão ficar na história como o primeiro doente a morrer de síndrome de Tietz...!!!

Nota 2 - Sim, é síndrome de Tietz (lê-se Títze). Não é Tiêta, que essa era do Agreste e por sinal era bem bonita...!!!

Nota 3 - haja saúde...!!!

\*Médico fisiatra e especialista em medicina desportiva



Chryst Chrystello\*

## Saldos de verão

1. Ando há dias a ligar para o Novo Banco a saber se ainda têm casas à venda por dois mil euros para comprar uma, mas parece que foram todas compradas pela Presidente da Câmara de Setúbal da CDU num claro aproveitamento marxista da lei de oferta e procura.

2. As tias de Cascais andaram em polvorosa a tirar os seus vestidos de noite dos sacos de naftalina, todas contentes com o regresso do desgraçado às festas da noite real na “Linha” (desgraçado= ao que caiu em desgraça) rei emérito de Espanha, mas ele fintou-as e foi para a República Dominicana que não tem tratados de extradição com o reino bourbónico.

3. Na naftalina vão ficar os vestidos dourados, prateados, de seda e cetim das minhas vizinhas da Lomba da Maia que, pela primeira vez na história, não vão ter as festas de Nossa Senhora do Rosário na última semana de agosto, e andam tristes que nem a noite. Desavergonhadamente digo que bem contente fiquei por não ser sujeito ao estrelar de roqueiras e a ter de ouvir música pimba e quejanda todos os sete dias da semana de festas que noutros anos me levava a marcar férias noutras ilhas nessa semana.

4. Já há restaurantes a pedirem clientes, com ou sem experiência, e sem necessidade de cartas de referência.

5. Enquanto os Açores rebentavam pelas costuras com turistas, sem que os trabalhadores da restauração e hospitalidade tivessem recompensas financeiras pelo trabalho e o patronato enchia os bolsos, tudo corria bem, agora só se ouvem queixas e pedidos de apoio. Se fizessem como as companhias de aluguer de carros (rent-a-car) que baixaram drasticamente

os preços, talvez se queixassem menos... neste ano de crise, a maioria continua a cobrar os valores de 2019, para turistas que não há e para açorianos que não podem pagar, isto no caso de não estarem em lay-off ou desempregados. (Fernando Neves da Associação de Hotelaria de Portugal, garante que o setor do “turismo este ano está perdido” “Há muitos hotéis que não vão abrir mais este ano e haverá outros que vão fechar”)

6. Filosofia de pacotilha em ex-líder desportivo: “A tudologia é uma corrente do pensamento psicanalítico que me estuda! Tem como objetivo a realização de um exorcismo cibernetista diário para que de mim saiam os demónios que me infestaram a alma!”. Bruno de Carvalho, 2 de Agosto de 2020

7. A obra de Zeca Afonso está prestes a ser declarada “Património Nacional Protegido” e surgem várias homenagens em sua honra. Adoro Belmonte e em 2016 fizemos dela a nossa sede dos Colóquios da Lusofonia até 2026, com vários projetos além de um colóquio anual na Páscoa, mas não posso ficar calado com esta estátua em honra de Zeca Afonso que foi descerrada neste fim de semana com a presença da controversa Ministra da Cultura... ainda está menos parecida ao original do que a do Cristiano Ronaldo no aeroporto da Madeira. Uma pena, uma oportunidade perdida, pela sua não-fidedignidade estética, deveria ter sido recusada por mais celebrado que o seu autor (Pedro Figueiredo) possa ser....

Qualquer semelhança é pura coincidência mío-pe...

Jornalista, Membro Honorário Vitalício 297713  
[Australian Journalists' Association MEAA]

