

Dor no joelho? Pode ser artrose



Artrose é uma doença degenerativa das articulações, que consiste em um desgaste da cartilagem e proliferação e remodelamento da estrutura óssea da articulação.

Grande parte das articulações do corpo podem ter esse problema, cada uma com suas características específicas. No caso do joelho normalmente afeta pessoas acima de 65 anos, mas isso não significa que uma pessoa mais jovem não pode ter.

Quando você deve suspeitar que está com artrose no joelho?

No início do quadro, essa dor ocorre após esforços e melhora no repouso. Já nos casos mais avançados a dor pode ocorrer em repouso, principalmente à noite, podendo atrapalhar o sono. Dificuldade de subir e descer escadas pela dor também é bem frequente. Além da dor, pode ocorrer um acúmulo de líquido dentro dos joelhos devido ao processo inflamatório da doença, uma outra característica da artrose é a rigidez ao se levantar da cama ou após grandes períodos de repouso.

Fatores estão relacionados ao desenvolvimento da artrose de joelho

1. Hereditariedade - se você tem familiares com artrose em várias articulações tem maior chance de desenvolver artrose no joelho
2. Obesidade - O joelho é uma articulação de carga e todo o peso do corpo passa sobre ele. Quando ocorre uma sobrecarga na articulação, aumenta a chance do aparecimento de lesões na cartilagem e, consequentemente, a desenvolver a artrose.
3. Artropatias inflamatórias sendo Artrite Reumatoide a mais importante. Na Artrite reumatoide há um processo inflamatório articular, levando a uma destruição articular progressiva.
4. Lesões traumáticas - A presença de lesões ligamentares ou meniscais, fraturas, lesões da cartilagem aumentam a chance de desenvolver a artrose do joelho. Se você já teve alguma dessas lesões ou mesmo se já teve pequenas lesões causadas por atividades físicas de impacto, você tem maior risco de ter artrose.
5. Envelhecimento da população - quanto maior o tempo de vida maior o uso da articulação e consequentemente maior a chance de ter artrose.

Fonte: [Brasil 61](#)

<https://www.territoriopress.com.br/noticia/2122/dor-no-joelho-pode-ser-artrose> em 01/02/2026 13:44