



Pílulas  
de  
Saúde



Mútua

# CONDROMALÁCIA PATELAR: QUANDO DEVO DESCONFIAR?

Você deve considerar a possibilidade de ter condromalácia patelar quando sentir **dor ou desconforto ao redor da patela (rótula)**, especialmente ao subir ou descer escadas, praticar atividades que envolvam flexão do joelho, como agachamentos, ou permanecer muito tempo sentado com os joelhos dobrados.

Outros sinais incluem crepitação (ruídos ao mover o joelho), inchaço no joelho e sensibilidade ao toque na região da patela. Se você apresentar esses sintomas, é importante procurar um médico para uma avaliação detalhada e um diagnóstico preciso.

**Dr. Marcelo Erthal**  
Ortopedista