

Título: Influência de um programa de reabilitação fisioterapêutica sobre os sintomas e funcionalidade de indivíduos com lesões no joelho

Autor(es) Ingrid de Souza Costa*; Giovanna Barros Gonçalves; Louise Cordeiro Priori; Fabrine dos Santos

E-mail para contato: ingridquim@hotmail.com

IES: FESJF / Minas Gerais

Palavra(s) Chave(s): funcionalidade; lesões no joelho; reabilitação

RESUMO

O objetivo deste estudo foi demonstrar a eficácia de um protocolo de reabilitação funcional em grupo na melhora dos sintomas e da funcionalidade de pacientes com lesões no joelho. O estudo foi realizado na clínica escola de fisioterapia, com pacientes de ambos os sexos, com idade superior a dezoito anos, sem histórico prévio de intervenção cirúrgica no joelho, vinculados ao grupo de atendimento do projeto de extensão acadêmica. Os pacientes foram avaliados através do questionário Lysholm Modificado, traduzido e validado para a língua portuguesa, que analisa sintomas e funções relativos à estrutura do joelho. O instrumento é composto por oito questões, com alternativa de respostas fechadas, sendo investigada a claudicação, suporte/ apoio, bloqueio/travamento, instabilidade, frequência de dor, edema articular, atividade como subir escadas e agachamento. A escala de avaliação varia de zero a 100 pontos, distribuída da seguinte forma: claudicação (5 pontos), necessidade de suporte (5 pontos), bloqueio ou aperto (15 pontos), falseamento ou instabilidade do joelho (25 pontos), dor (25 pontos), edema (10 pontos), subir escadas (10 pontos), agachamento (5 pontos). O resultado do questionário é expresso de forma nominal e ordinal, sendo "excelente" de 91-100 pontos; "bom" de 84-90 pontos; "regular" de 65-83 pontos; "ruim" menor ou igual a 64 pontos. O programa terapêutico foi realizado em grupo e consistiu de seis sessões com duração de uma hora, uma vez por semana, sendo realizados alongamentos ativos de cadeia posterior (3 repetições de 20 segundos), seguido da execução de um circuito composto por atividades de agachamento com tríplice flexão de membros inferiores (MMII), com apoio na bola suíça, prosseguindo com exercício de fortalecimento funcional dos grupamentos musculares de MMII, equilíbrio estático na cama elástica com apoio unipodal, treino de marcha lateral com paciente deambulando ultrapassando bambolês dispostos a distância de um passo e treino em rampa com obstáculos, sequenciado de treino em escada terapêutica. Cada paciente realizou o circuito três vezes por sessão, finalizando, com auxílio da barra paralela, com fortalecimento concêntrico de abdutores e adutores e fortalecimento excêntrico de tríceps sural (três séries de 20 repetições cada). Os sinais vitais foram aferidos pré e pós-treino. Cinco pacientes foram avaliados, três do gênero feminino (60%) e dois do gênero masculino (40%), média de idade 60,0 (\pm 18,4) anos. A análise dos sintomas e funcionalidade de joelho pelo questionário Lysholm, constatou-se que 60,0% dos indivíduos apresentaram pontuação classificada como "ruim" e 40,0% como "regular" pré-treinamento, passando pós treinamento a 20,0% classificados como "excelente", 20,0% "bom", 20,0% "regular" e 40,0% "ruim". As tarefas pré e pós-programa com maior relato de incapacidade foram "travamento", "instabilidade" e "agachamento". Os resultados do estudo revelaram melhora dos sintomas e funções relativos à estrutura do joelho em todos os pacientes avaliados e tratados com o protocolo de atividades em grupo.