

EFEITOS DA CINESIOTERAPIA APLICADA EM OSTEOARTROSE DE JOELHO

Silvânia Silva de Sousa¹; Letícia Pinheiro de Farias¹; Francilena Ribeiro Bessa²; Denise
Moreira Lima Lobo²; Thaís Teles Veras Nunes²; Patrícia da Silva Taddeo²

Centro Universitário Fametro - Unifametro.

silvaniaa-sousa@hotmail.com

Título da Sessão Temática: Processo de cuidar

Evento: VII Encontro de Iniciação a Pesquisa.

Introdução: Caracterizada como uma doença reumática crônica degenerativa, a osteoartrose acomete as articulações provocando o desgaste das cartilagens gradativamente. Na articulação do joelho essas alterações provocam dor, deformidade em varo ou em valgo, limitações de movimento e rigidez, provocando perda da função e levando a morbidade comprometendo assim o indivíduo na realização de suas atividades de vida diárias. O tratamento conservador aplicado na osteoartrose consiste em medicamentos, programas educativos, redução de peso e fisioterapia, que utiliza recursos terapêuticos com objetivo de melhorar a condição clínica do paciente. **Objetivo:** Verificar os efeitos da cinesioterapia no tratamento de osteoartrose. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica, realizada em setembro de 2019 nas bases de dados Bireme, no diretório de revistas Scielo e na plataforma Ebsco Host. Com o cruzamento das palavras chaves artrose, fisioterapia, cinesioterapia e reabilitação, foram encontrados nove artigos publicados em português, no período de 2015 a 2019, onde após análise dos mesmos, foram selecionados quatro estudos. Foram excluídos revisões de literatura, trabalhos de conclusão de curso, teses e dissertações. **Resultados:** Paciente com osteoartrose de joelho apresentam fraqueza significativa dos músculos do quadríceps femoral, desta forma os exercícios de fortalecimento ajudam nesse processo de reabilitação. Os exercícios se mostram importante aliados tanto no tratamento quanto na prevenção, pois através de diversas possibilidades, podem atingir diferentes objetivos como: fortalecimento, condicionamento aeróbico, analgesia, treino de equilíbrio e propriocepção além de beneficiarem a função muscular, o incremento da biomecânica, possibilitando assim a melhora da marcha e equilíbrio, o que resulta em uma maior mobilidade e agilidade na execução das atividades. A cinesioterapia auxilia na redução e retardo da progressão da doença, pois através dos exercícios terapêuticos realizados para obtenção de força, equilíbrio, aumento de amplitude de movimento (ADM), resulta em redução do quadro algico, recuperação da função comprometida, possibilitando a melhora das condições de vida do indivíduo, por promover uma maior independência no dia a dia. **Conclusão:** A fisioterapia através da cinesioterapia com enfoque no fortalecimento ajuda de forma significativa os pacientes que apresentam osteoartrose de joelho. É possível restabelecer a funcionalidade, o que interfere de forma direta na independência dos acometidos, beneficiando e incrementando a sua qualidade de vida. **Referências:** ALCALDE, G. E. et al. Fisioterapia aquática na dor musculoesquelética, aptidão funcional e

qualidade de vida em idosos com osteoartrite de joelho: revisão da literatura. **Salusvita**, Bauru, v. 36, n. 3, p.747-758, 31 jul. 2017. Semanal. BARBANERA, M. et al. Efeitos da cinesioterapia em idosos com osteoartrite de joelho na avaliação da capacidade funcional e no torque isométrico. **Revista Movimentai**, Butantã, v. 2, n. 12, p.229-237, 18 jan. 2019. Semanal. JORGE, M. S. G. et al. Efeitos da cinesioterapia na osteoartrite de joelho em idosos: revisão sistemática. **Conscientia e saúde (Impr.)**, v. 17, n. 1, p. 93-100, 2018. YAMADA, E. F. et al. Efeito dos exercícios de fortalecimento, de marcha e de equilíbrio no tratamento de osteoartrite de joelho. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 26, n. 3, p. 5-13, 2018.

Descritores: Artrose, Fisioterapia, Cinesioterapia, Reabilitação.