

# TRATAMENTO CONSERVADOR PODE SER TÃO EFICAZ QUANTO TRATAMENTO CIRÚRGICO NA CONDROMALÁCIA PATELAR? UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Isabelle Laurindo Ferreira<sup>1</sup>

Thaís Santos Marreiros<sup>1</sup>

Rafaella Sales Bezerra<sup>1</sup>

Paulo Fernando Machado Paredes<sup>2</sup>

Discente – Centro Universitário Unifametro<sup>1</sup>

Docente – Centro Universitário Unifametro<sup>2</sup>

[isabelle.laurindo@aluno.unifametro.edu.br](mailto:isabelle.laurindo@aluno.unifametro.edu.br)

**Área Temática:** Doenças Crônicas Não-transmissíveis

**Área de Conhecimento:** Ciências da Saúde

**Encontro Científico:** IX Encontro de Iniciação à Pesquisa

## RESUMO

**Introdução:** A síndrome da dor fêmoropatelar (SDPF) ou condromalácia patelar, é uma patologia com etiologia desconhecida. Definida como dor na região anterior do joelho, possivelmente acometida por alterações posturais e biomecânicas. Uma vez diagnosticada, a próxima etapa é a escolha do melhor tratamento, seja ele conservador ou cirúrgico. **Objetivo:** Analisar se o tratamento conservador é tão eficaz quanto o tratamento cirúrgico. **Metodologia:** Trata-se de um estudo de revisão integrativa. A busca de artigos foi realizada no portal PubMed, na base de dados BVS e diretório de revistas Scielo. O período compreendeu os meses de setembro e outubro de 2021, utilizando operadores booleanos como “and” e “or”, assim como as palavras chaves: *chondromalacia patella*; *patellofemoral pain*; *physiotherapy*; *surgical treatment*. **Resultados:** A maioria dos artigos analisados nesse estudo, mostrou que o tratamento conservador melhora a capacidade funcional e promove o alívio da dor, se realizado de maneira adequada, associado a exercícios de fortalecimento da

musculatura que interfere na articulação do joelho e o tratamento cirúrgico é um método invasivo e restringe o paciente de movimentos por um determinado tempo.

**Considerações Finais:** O tratamento conservador é indicado para a síndrome patelofemoral, melhorando a capacidade física do paciente da mesma forma que o tratamento cirúrgico.

**Palavras-chaves:** *Chondromalacia Patella; Patellofemoral Pain; Physiotherapy; Surgical Treatment.*

## INTRODUÇÃO

A síndrome da dor fêmoropatelar (SDFP) ou condromalácia patelar é um distúrbio crônico e é uma patologia cuja etiologia, possivelmente multifatorial, é relativamente desconhecida. Se define como uma dor retropatelar, ou seja, é sentida na região posterior do joelho, acometendo com maior frequência adolescentes e adultos e, supostamente, decorrente de alterações posturais e biomecânicas (KETTUNEN *et al.*, 2015).

A dor da patologia se dá em movimentos como subir e descer degraus, agachar e correr, sendo estes os principais responsáveis por causar limitação de movimento (ARREBOLA *et al.*, 2020). Com sua alta prevalência, é responsável por cerca de 25% das lesões provenientes da corrida, e sendo mais frequente em indivíduos do sexo feminino (HAOYU *et al.*, 2019).

No entanto, sua causa pode estar ligada há uma série de fatores, podendo ser associado a traumas, sobrecarga de peso na articulação, alterações anatômicas e degenerativas, desequilíbrios musculares, ou até mesmo o conjunto de fatores interligados que causam uma diminuição na força atuante na articulação do joelho (ARREBOLA *et al.*, 2020).

O diagnóstico da condromalácia patelar se dá através de exame físico e anamnese, onde é possível avaliar força, dor à palpação e crepitações presentes. Já no exame de imagem, a ressonância magnética é o principal exame para avaliar e diagnosticar em que condições a lesão se encontra. Diante o diagnóstico clínico, é possível avaliar a melhor conduta a ser realizada, seja tratamento conservador ou cirúrgico (LAGES *et al.*, 2021).

Na maioria dos casos, a primeira conduta de tratamento é a intervenção incruenta, através da Fisioterapia, com o objetivo de analgesia, pode-se utilizar a crioterapia e técnicas de manipulação, como quiropraxia, alongamentos, pompagens e decoaptação articular, sempre visando a melhora do processo algico. Entretanto, nem sempre o tratamento fisioterapêutico consegue regredir a sintomatologia, sendo necessário realizar procedimento cirúrgico, por artroscopia (LAGES *et al.*, 2021).

O objetivo dessa pesquisa é analisar se o tratamento conservador é tão eficaz quanto o tratamento cirúrgico, para adultos com diagnóstico de condromalácia patelar.

## METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura realizado para abordar a seguinte questão PICOS:

**Participantes:** Mulheres e Homens, adultos, com diagnóstico de Condromalácia Patelar. **Intervenção:** Fisioterapia geral com tratamento conservador. **Comparador:** tratamento cirúrgico. **Desfechos:** Redução da dor, melhora da mobilidade e capacidade funcional. **Tipos de Estudo:** Ensaio Clínico Randomizado.

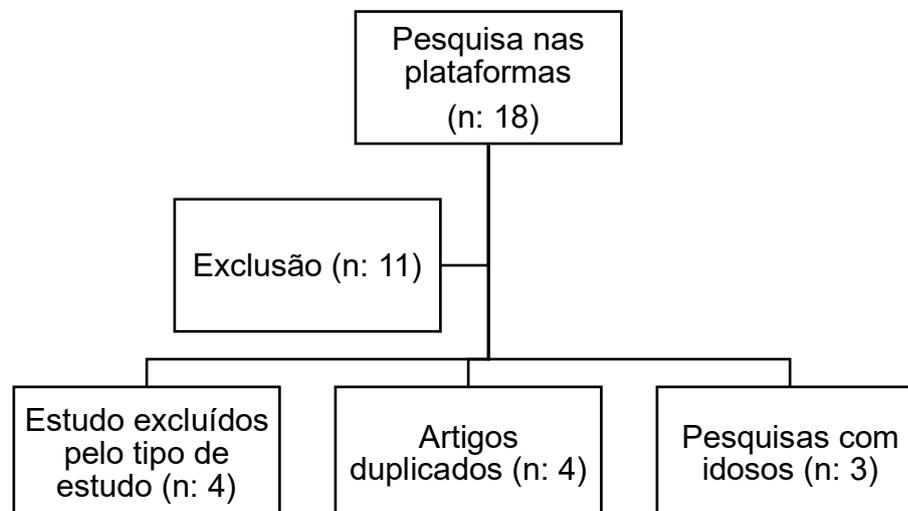
### Quadro 1 – Critérios de inclusão e exclusão

INCLUSÃO	EXCLUSÃO
Ensaio clínico randomizado	Literaturas cinzentas
Tratamentos com fisioterapia	Idosos
Tratamento conservador	Crianças e adolescentes
Adultos	Pesquisas duplicatas
Estudos em inglês e português	Textos não disponíveis na íntegra
Diagnóstico de condromalácia patelar	Medissem IMC

A pesquisa foi realizada no portal PubMed, na base de dados BVS e diretório de revistas Scielo, ocorreu durante o mês de setembro e outubro de 2022, utilizando operadores booleanos como “and” e “or” e utilizando as palavras-chaves *chondromalacia patella; patellofemoral pain; physiotherapy; surgical treatment*.

Os artigos foram selecionados a partir da análise baseada nos títulos e resumos individualmente, em seguida ocorreu a eliminação dos artigos duplicados intra e inter bases de dados e por fim, identificar se as pesquisas cumpriram com o objetivo do estudo, através dos resultados de cada artigo.

Identificou-se 11 artigos no portal PubMed, 3 na base de dados BVS e 4 no diretório de revistas Scielo. Seguindo os critérios de exclusão, restaram 10 artigos para leitura na íntegra. Foram incluídos 7 estudos, compondo a amostra desta revisão integrativa da literatura.



Fluxograma 1: critérios de exclusão

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise geral de todos os artigos selecionados, mostram e consideram que em sua maioria, o tratamento conservador, através de exercícios e tratamentos diferentes proporcionados pela fisioterapia, são tão eficazes quanto tratamento cirúrgico, para adultos de ambos os sexos.

O *taping* e a bandagem funcional, se mostraram grande aliados ao tratamento conservador, juntamente com a combinação de exercícios supervisionados estáticos, treinamento isométrico, fortalecimento de membros inferiores (MMII) e resistência (SHAH *et al.*, 2022; HASSAN *et al.*, 2022).

Os exercícios indicados para o tratamento através da fisioterapia realizaram combinações entre treinamentos para membros inferiores, que atuassem direta e separadamente nas musculaturas (ALVAREZ *et al.*, 2020). Sendo eles, treinamento de força, exercícios de contração para quadríceps, fortalecimento do core e músculos do quadril e exercícios direcionados para fortalecimento de joelho se indicam como tratamento para SDFP. (GARCIA *et al.*, 2021; HASSAN *et al.*, 2022).

Os artigos presentes nesta pesquisa apresentam o tratamento conservador e o tratamento cirúrgico como resultantes da melhora geral do paciente. Tendo em vista que, os pacientes inseridos nas terapias fisioterapêuticas têm que assumir responsabilidade de realizar todas as correções posturais e exercícios diários domésticos (KETTUNEN *et al.*, 2015).

Algumas outras terapias, como por exemplo, treinamento vibratório (ALVAREZ *et al.*, 2020) e uso de órtese de joelho (YU *et al.*, 2016) obtiveram resultados positivos e aceitáveis para tratamento, mas não tão eficaz quanto tratamento conservador, através da fisioterapia.

As condutas fisioterapêuticas traçadas em todas as pesquisas, apresentam que os pacientes mostraram melhora na capacidade funcional, diminuição da dor, adquiram mais força muscular e diminuíram a ingestão de analgésicos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os dados da presente pesquisa, apontam que o tratamento conservador é indicado para a síndrome patelofemoral, melhorando a capacidade física e a dor do paciente da mesma forma que o tratamento cirúrgico, além de não ser um método invasivo, sendo eficaz na melhora total e funcional.

## REFERÊNCIAS

ÁLVAREZ, Angel Yañez; PULGARÍN, Beatriz Bermúdez; SÁNCHEZ, Sergio Hernández; CABELLO, Manuel Albornoz. Effects of exercise combined with whole body vibration in patients with patellofemoral pain syndrome: a randomised-controlled clinical trial. **BMC musculoskeletal disorders**, [S. l.], v. 21, n. 1, p. 582, 2020.

GARCÍA, Luisa Fernanda Prieto; REYES, Edgar Cortés; COTACIO, Gilberto Lara; CORREDOR, Lizeth Catherine Rodríguez. Therapeutic effect of two muscle strengthening programs in patients with patellofemoral pain syndrome. A randomized

controlled clinical trial. **Revista da Faculdade de Medicina**, [S. l.], v. 69, n. 2, p. 1, 2021.

HASAN, Shahnaz; ALONAZI, Asma; ANWER, Shahnawaz; JAMAL, Azfar; PARVEZ, Suheil; ALFAIZ, Faiz Abdulaziz Saleh; LI, Heng. Efficacy of Patellar Taping and Electromyographic Biofeedback Training at Various Knee Angles on Quadriceps Strength and Functional Performance in Young Adult Male Athletes with Patellofemoral Pain Syndrome: A Randomized Controlled Trial. **Pain research & management**, [S. l.], v. 2022, p. 1-13, 2022.

HU, Haoyu; ZHENG, Yili; LIU, Xiaochen; GONG, Di; CHEN, Changcheng; WANG, Yizu; PENG, Mengsi; WU, Bao; WANG, Juan; SONG, Ge; ZHANG, Juan; GUO, Jiabao; DONG, Yulin; WANG, Xueqiang. Effects of neuromuscular training on pain intensity and self-reported functionality for patellofemoral pain syndrome in runners: study protocol for a randomized controlled clinical trial. **Trials journal**, [S. l.], v. 20, n. 1, p. 409, 2019.

KETTUNEN, Jyrki; HARILAINEN, Arsi; SANDELIN, Jerker; SCHLENZKA, Dietrich; HIETANIEMI, Kalevi; SEITSALO, Seppo; MALMIVAARA, Antti; KUJALA, Urho. Knee arthroscopy and exercise versus exercise only for chronic patellofemoral pain syndrome: 5-year follow-up. **British journal of sports medicine**, [S. l.], v. 46, n. 4, p. 243-246, 2012.

LAGES, João Marcelo; CARVALHO, Lucas Azevedo; TEIXEIRA, Wanderson Antônio; GOUVEIA, Neire Moura de. REVISÃO SISTEMÁTICA SOBRE O TRATAMENTO CONSERVADOR E CIRÚRGICO NA CONDROMALÁCIA PATELAR. **Revista Saúde Multidisciplinar**, [S. l.], v. 8, n. 2, p. 218-258, 2021.

SHAH, Mudasir Nazar; SHAPHE, Mohammad Abu; QASHEESH, Mohammed; REZA, Mohammad Kashif; ALGHADIR, Ahmad ; IQBAL, Amir; BHAT , Priyadarshani. Efficacy of Knee Taping in addition to a Supervised Exercise Protocol to Manage Pain and Functional Status in Individuals with Patellofemoral Osteoarthritis: A Randomized, Controlled Clinical Trial. **Pain research & management**, [S. l.], v. 2022, p. 1-8, 2022.

YU, Shirley ; WILLIAMS, Matthew; EYLES, Jillian ; CHEN, Jian Sheng; MAKOVEY, Joanna; HUNTER, David. Effectiveness of knee bracing in osteoarthritis: pragmatic trial in a multidisciplinary clinic. **International journal of rheumatic diseases**, [S. l.], v. 19, n. 3, p. 279-286, 2016.