

Terapia Manual Associada à Cinesioterapia no Tratamento da Tendinopatia do Supraespinhoso

Cristina Gomes Braga1

Josenilda Malveira Cavalcanti2

Rinna Rocha Lopes2

Thais Teles Veras Nunes2

1Acadêmica do Curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade Metropolitana da Grande Fortaleza-FAMETRO.

2Docente do Curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade Metropolitana da Grande Fortaleza-FAMETRO

**Introdução**: O ombro é a estrutura anatômica de maior complexidade do nosso corpo, no qual muitos músculos, tendões, ligamentos e ossos o compõem, permitindo realizar vários movimentos em grandes amplitudes, aspectos que o torna susceptíveis ao aparecimento de tendinites, as quais são caracterizadas por esforços repetitivos ou por uma sobrecarga que afeta os tendões, causando inflamação e dor. **Objetivo**: Esse trabalho trata-se de um estudo de caso clínico tendo como objetivo demonstrar a eficácia da terapia manual associada à cinesioterapia na tendinopatia do supraespinhoso. **Metodologia:** A amostra contou com a paciente R.C.D., de 34 anos, do sexo feminino, diagnosticada com tendinopatia do supraespinhoso por meio de exame de ultrassom, cuidada em 8 atendimentos, realizados duas vezes por semana. No diagnostico cinético funcional foi constatado diminuição de força e amplitude do ombro direito, onde utilizou-se de teste de força muscular, resultando em força de grau 4 e goniometria como método de avaliação da Amplitude de Movimento - ADM do ombro, tendo como resutado 110° para flexão e abdução de ombro. Houve presença de dor durante os movimentos. Na inspeção e palpação foi observado edema na área do supraespinhoso. Com o objetivo de alívio da dor, recuperação da amplitude e função do músculo foram utilizadas técnicas de terapia manual e cinesioterapia para o tratamento da tendinopatia. Realizou-se manobras de liberação miofascial como deslizamentos, amassamento e compressões, com o objetivo de relaxar a musculatura, devolvendo a circulação e oxigenação adequada à área, melhorando também o edema. Para a recuperação da amplitude foi utilizado alongamento passivo, pompage da cervical, já que os sintomas refletiam também para a cervical, impedindo a paciente de realizar por completo os movimentos de rotação e lateralização do pescoço para o lado direito. Outro sintoma também referido foi sensação de formigamento e frieza no membro superior direito, e para isso foi realizado mobilização neural dos nervos mediano e ulnar, os quais deram positivo no teste de compressão nervosa. Para a recuperação da força foi realizada liberação dos pontos de tensão muscular bem como incrementado exercícios resistidos, com resistência manual e mecânica. **Resultados:** Os resultados mostraram aumento na ADM, redução do edema, alívio da dor e da sensação de frieza e formigamento. **Conclusão:** Conclui-se que as técnicas empregadas como tratamento fisioterapêutico foram eficazes no alívio dos sintomas e recuperação da função do músculo supraespinhoso.

Palavras chave: Tendinopatia do supra espinhoso, liberação miofascial, cinesioterapia