



UNILEÃO – CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE FISIOTERAPIA

MARIA HELENILDA ALVES

**ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NAS DOENÇAS REUMÁTICAS EXTRA-
ARTICULARES: REVISÃO INTEGRATIVA**

JUAZEIRO DO NORTE
2022

MARIA HELENILDA ALVES

**ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NAS DOENÇAS REUMÁTICAS EXTRA-
ARTICULARES: REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Dr.
Leão Sampaio (Campus Saúde), como requisito para
obtenção do Grau de Bacharelado.

Orientadora: Prof.^a Ma. Tatianny Alves de França.

JUAZEIRO DO NORTE

2022
MARIA HELENILDA ALVES

**ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NAS DOENÇAS REUMÁTICAS EXTRA-
ARTICULARES: REVISÃO INTEGRATIVA**

DATA DA APROVAÇÃO: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA:

Profª Ma. Tatianny Alves de França
Orientador

Profª Ma. Ana Georgia Amaro e Matos
Examinador 1

Profº Esp. Paulo Cesar de Mendonça
Examinador 2

JUAZEIRO DO NORTE
2022

AGRADECIMENTOS

Quero agradecer a Deus por ter me dado força e confiança para acreditar no meu sonho e lutar para a realização de uma grande conquista.

A professora e orientadora eu deixo uma palavra de gratidão porque reconheço a paciência e o esforço que teve comigo.

À minha família eu quero gritar bem alto meu agradecimento porque nunca duvidaram das minhas capacidades e tornaram possível a realização do meu grande objetivo.

ARTIGO ORIGINAL

ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NAS DOENÇAS REUMÁTICAS EXTRA-ARTICULARES: REVISÃO INTEGRATIVA

Autores: Maria Helenilda Alves e Tatianny Alves de França.

Formação dos autores

*1-Acadêmico do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio.

2- Professora do Colegiado de Fisioterapia do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio.

Correspondência: helencxp2011@hotmail.com

Palavras-chave: Fisioterapia. Tratamento. Limitação Crônica da Atividade. Doenças Reumáticas. Tecidos moles.

.

RESUMO

Introdução: Entende-se por doenças reumáticas extra articulares, aquelas que acometem estruturas circunvizinhas às articulações, as quais afetam negativamente a vida dos indivíduos por elas acometidos. A intervenção fisioterapêutica se mostra necessária, podendo promover melhoria na sintomatologia ou agravantes dessas doenças. **Objetivo:** Listar quais estratégias fisioterapêuticas contribuem positivamente no tratamento das doenças reumáticas extra articulares, de acordo com a literatura. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada no período de fevereiro a junho de 2022, nas bases de dados eletrônicas SciELO, LILACS e Google Acadêmico. Os critérios de inclusão foram artigos publicados nos últimos 05 anos, nos idiomas inglês e português, disponibilizados de forma gratuita. Optou-se em excluir artigos em duplicidade e incompletos. Para realização das buscas foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCs) “Fisioterapia”, “Tratamento”, “Limitação Crônica da Atividade”, “Doenças Reumáticas” e “Tecidos moles”, vinculados pelo operador booleano “AND”. Após a busca inicial, realizou-se a leitura crítica-reflexiva e elaborou-se uma tabela com os resultados contendo autor, ano da publicação, título, objetivo do estudo e desfecho. Os dados foram apresentados e discutidos através de uma síntese descritiva-argumentativa. **Resultados:** Elegeram-se para a elaboração da revisão na íntegra um n=7 artigos. **Conclusão:** As estratégias fisioterapêuticas que apresentam melhores resultados positivos, no tratamento em pacientes portadores de doenças reumáticas extra articulares, destacam-se as técnicas de cinesioterapia em todas as suas possibilidades, exercícios aeróbicos regulares, crioterapia, alongamentos, eletroestimulação, acupuntura, massoterapia e hidrocinésioterapia.

Palavras-chave: Fisioterapia. Tratamento. Limitação Crônica da Atividade. Doenças Reumáticas. Tecidos moles.

ABSTRACT

Introduction: Extra-articular rheumatic diseases are understood to be those that affect structures surrounding the joints, which negatively affect the lives of individuals affected by them. Physiotherapeutic intervention is necessary and may promote improvement in symptoms or aggravation of these diseases. **Objective:** To list which physiotherapeutic strategies contribute positively to the treatment of extra-articular rheumatic diseases, according to the literature. **Methodology:** This is an integrative literature review, carried out from February to June 2022, in the electronic databases SciELO, LILACS and Google Scholar. Inclusion criteria were articles published in the last 05 years, in English and Portuguese, available free of charge. It was decided to exclude duplicate and incomplete articles. To carry out the searches, the Health Sciences Descriptors (DeCs) “Physiotherapy”, “Treatment”, “Chronic Activity Limitation”, “Rheumatic Diseases” and “Soft Tissues”, linked by the Boolean operator “AND” were used. After the initial search, a critical-reflective reading was performed and a table was created with the results containing author, year of publication, title, study objective and outcome. Data were presented and discussed through a descriptive-argumentative synthesis. **Results:** N=7 articles were elected for the elaboration of the review in full. **Conclusion:** The physiotherapeutic strategies that present the best positive results in the treatment of patients with extra-articular rheumatic diseases, highlight the kinesiotherapy techniques in all their possibilities, regular aerobic exercises, cryotherapy, stretching, electrostimulation, acupuncture, massage therapy and hydrokinesiotherapy.

Keywords: Physiotherapy. Treatment. Chronic Limitation of Activity. Rheumatic Diseases. Soft tissue.

INTRODUÇÃO

No âmbito das doenças reumáticas extra articulares, também conhecidas como reumatismo de partes moles, são as de maior interesse para a pesquisa em questão, sendo entendidas como o comprometimento de estruturas adjacentes às articulações, em decorrências de lesões ou inflamações, acarretando quadros de dor, onde as áreas mais comumente afetadas são as fâscias, os músculos, bursa, ligamentos, enteses e tendões (PANISSON et al., 2013).

Considerando que as doenças reumatológicas se constituem como um potencial redutor da qualidade de vida dos indivíduos por elas acometidos, a fisioterapia mostra-se como um importantíssimo recurso promotor e recuperador da saúde, tendo em vista que, tanto pode trabalhar na prevenção, quanto na recuperação dos quadros reumatológicos, além de contribuir para a educação e orientação do paciente, visando sempre proporcionar saúde de forma integral, de acordo com a realidade de cada indivíduo (CARVALHO et al., 2018). Em primeiro lugar, o tratamento das doenças reumáticas extra articulares possui como objetivo mais urgente a cessação do quadro inflamatório, bem como o alívio da dor e reversão do edema, ajudando o paciente a voltar, o mais rápido possível, às suas atividades cotidianas (SILVA, 2019).

Deste modo, a fisioterapia reumatológica atua tanto no alívio dos sintomas das doenças reumáticas, quanto evitando o surgimento de complicações, promovendo aumento da capacidade funcional e fortalecimento muscular, através dos recursos fisioterapêuticos, os quais são escolhidos de acordo com a enfermidade de cada indivíduo (VALENÇA et al., 2021). De maneira geral, a definição dos objetivos do tratamento fisioterapêutico, depende da realidade de cada caso, pois cada paciente apresenta especificidades em suas condições clínicas, entretanto, a literatura é unânime ao afirmar que, a fisioterapia busca melhorar a sintomatologia apresentada pelo paciente, em especial, a cessação da dor, aumento da amplitude de movimento e da força muscular (RODRIGUES et al., 2019).

Esse estudo foi conduzido para aprofundar a investigação sobre a abordagem fisioterapêutica nas doenças reumáticas extra articulares. Diante do exposto, objetivou-se principalmente listar, com base na literatura, quais as estratégias fisioterapêuticas contribuem positivamente no tratamento das doenças reumáticas extra articulares, de acordo com a literatura.

MÉTODO

TIPO DE ESTUDO

Este estudo classifica-se como sendo uma revisão de literatura integrativa, de natureza bibliográfica.

LOCAL E PERÍODO DE ESTUDO

A pesquisa foi realizada na cidade de Juazeiro do Norte, através de artigos já existentes na literatura, disponíveis em bases de dados confiáveis no meio científico, no período de fevereiro a junho de 2022.

CRITÉRIOS DE ELEGIBILIDADE

A busca dos artigos foi realizada através de textos acadêmicos, nas bases de dados eletrônicas: Electronic Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Library Online (SciELO) e Google Acadêmico, por buscas através dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCs) “Fisioterapia”, “Tratamento”, “Limitação Crônica da Atividade”, “Doenças Reumáticas” e “Tecidos moles”, vinculados pelo operador booleano “AND”.

CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Os critérios de inclusão do estudo foram artigos publicados nos últimos 05 anos, nos idiomas inglês e português, disponibilizados de forma gratuita.

CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO

Optou-se em excluir artigos que não apresentem relação direta com o tema proposto, em duplicidade e incompletos

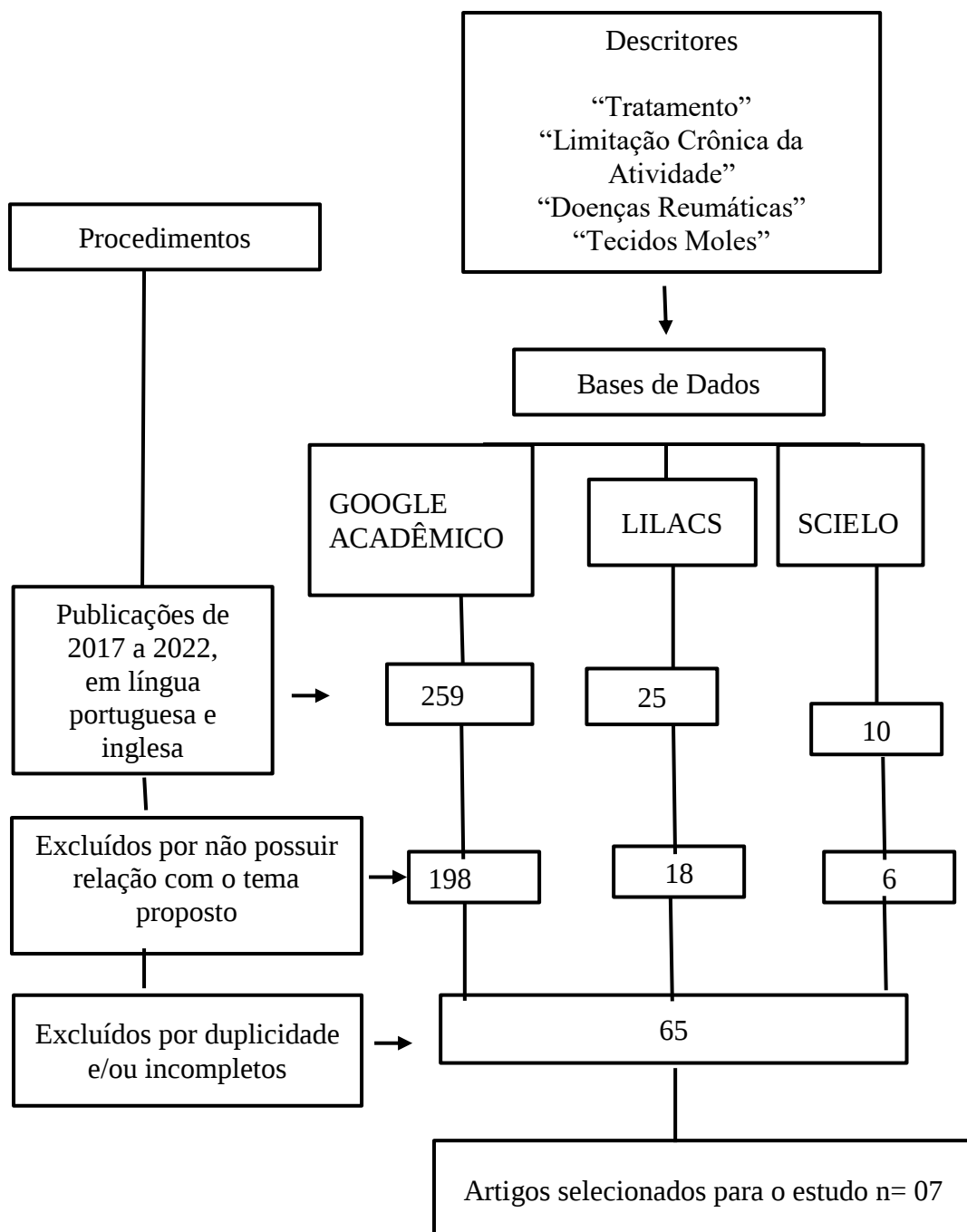
COLETA DE DADOS

Esta pesquisa se deu pela realização de busca através das bases de dados eletrônicas e selecionados artigos de forma ampla. Logo após, aplicaram-se os critérios de inclusão e exclusão, resultando na composição da amostra final.

ANÁLISE DE DADOS

Os estudos foram analisados de forma reflexiva por meio de uma leitura aprofundada para que se adquiram informações que atendam aos objetivos propostos. Após a reunião dos artigos, elaborou-se uma tabela para compilação e apresentação dos dados mais significativos, organizados por autor/ano de publicação, título, objetivo do estudo e desfecho. O processo de seleção dos estudos está representado em Fluxograma 1.

Fluxograma 1: Processo de seleção dos artigos



RESULTADOS

Encontrou-se um total de (294) nas bases de dados examinadas, ao ser aplicado os DeCS e a combinação dos *booleano*. Destes, sendo em GOOGLE ACADÊMICO (259), em LILACS (25) e em SciELO (10).

Ao ser aplicado os critérios de exclusão, obteve-se um resultado 07 estudos elegíveis para a revisão crítica reflexiva, representados na Tabela 1.

Tabela 1: Síntese dos estudos selecionados para compor a revisão.

Autor / ano	Título	Objetivo do estudo	Desfecho
GONÇALVES et al, 2020.	Atuação fisioterapêutica no tratamento de fascite plantar com ênfase nas técnicas de alongamento e liberação miofascial.	Verificar a atuação fisioterapêutica através da liberação miofascial na fascite plantar.	Com uma amostra de 94 pessoas divididas em 2 grupos, no 1 realizou alongamento por poucos minutos, e 2 grupos por tempo mais prolongado em 2x dia usando associada a liberação miofascial tem mais eficácia na dor.
ALVARENGA et al, 2017.	A importância do tratamento conservador na epicondilite lateral do cotovelo-possibilidades fisioterapêuticas.	Averiguar a eficácia fisioterapêutica na epicondilite lateral do cotovelo.	Houve resultado satisfatório quando utilizadas as técnicas associadas de eletroestimulação, mobilização passiva, ultrassom e crioterapia a fim de melhorar funcionalidade.
MIRANDA et al., 2021.	Abordagem fisioterapêutica no tratamento da fascite plantar.	Verificar as principais abordagens no tratamento fisioterapêutico na fascite plantar.	Observou-se em 16 sessões que a utilização de ultrassom iontoforese, alongamentos,

			acupuntura, crioterapia e utilização de calçados adequado apresentam resultados satisfatórios positivos.
JUNIOR, et al., 2021.	Abordagem fisioterapêutica no tratamento fibromialgia.	Avaliar a abordagem fisioterapêutica no tratamento da fibromialgia.	As combinações de técnicas de inibição se pontos gatilhos, dessensibilização central, exercícios de baixo impacto e técnicas relaxantes apresentam boa eficácia nesse grupo de pacientes.
SANTOS, et al., 2018.	Exercícios aeróbicos na hidrocinestoterapia em pacientes com fibromialgia.	Analisar os efeitos do exercício aeróbico terapêutico na hidrocinestoterapia no tratamento para aliviar dor e melhorar qualidade de vida.	O exercício aeróbico na hidrocinestoterapia reduz dor, fadiga, assim melhorando qualidade de vida.
COSTA, SOUZA, et al., 2017.	Efeitos da Hidroterapia associada a massoterapia em pacientes portadores da fibromialgia.	Verificar os efeitos da hidroterapia associado a massoterapia como tratamento de pacientes portadores da fibromialgia.	A aplicabilidade da massoterapia com fricção e deslizamento proporciona o relaxamento muscular e redução da depressão e ansiedade, associado a hidroterapia ocasiona melhora nas funções respiratória e vascular com diminuição da dor e fadiga.
SOUZA, et al., 2020.	Manifestações extra articulares em adultos: Implicação para a transição multiprofissional do cuidado.	Investigar as repercussões do cuidado multiprofissional em pacientes adultos com manifestações extra articulares.	Reforça a importância de um programa de transição interdisciplinar e multiprofissional, com orientação e educação em dor, repercutindo na satisfação do paciente e qualidade de vida.

Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

DISCUSSÃO

Observa-se a importância das condutas fisioterapêuticas na redução das manifestações extra articulares, como dor miofascial, redução na mobilidade e impacto nas atividades cotidianas que necessitam do movimento íntegro, em relação aos pacientes portadores de fascite plantar, o estudo de Gonçalves et al. (2020), mostra que 94 pessoas divididas entre 2 grupos, onde 1 grupo realizou técnicas alongamentos no tendão de Aquiles durante 3 minutos e no 2 grupo manteve alongamento de 20 segundos, aplicados 2x dia usando associada técnicas de liberação miofascial, sendo identificado a melhora na dorsiflexão e amplitude de movimento nos pés, o qual reduziu a algia, visto que o alongamento do tríceps sural também favorece o mesmo desempenho.

Leva-se em consideração que o alongamento ativo associado com liberação manual de pontos gatilhos provocou melhora na dor e função a curto prazo comparado com associação do alongamento isolado, visto que as técnicas de liberação atuam de acordo com as mobilizações manuais da fáscia, que por sua vez podem aumentar amplitude de movimento, redução algia. Nesse mesmo contexto, Miranda (2021) relata que a associação da cinesioterapia com a crioterapia, exercício e ultrassom, promove redução de dor e ganho de amplitude de movimento sem deixar de lembrar o auxílio de um calçado específico para manter-se fora de uma crise de inflamação local. Nesse estudo, apresenta-se que a acupuntura na fascite plantar nos locais com apresentação da dor, ou em ponto distal com abordagem sistêmica, pode repercutir positivamente na redução sintomatologia algica.

De acordo com Alvarenga (2017), em seu estudo sobre a epicondilite lateral em cotovelo, o quadro algico associado a redução gradual da amplitude de movimento torna-se um fator limitante da funcionalidade. Sugere-se então que o tratamento se utilize de técnicas anti-inflamatórias como o ultrassom, crioterapia e mobilização passiva, incluindo-se recursos promotores de reforço muscular como a eletroestimulação.

Em pesquisa realizada por Souza et al, (2020), pacientes portadores manifestações extra articulares, presente no início da vida adulta podem repercutir na deterioração da saúde, provocando morbidade precoce, ocasionado pela ausência da continuidade do tratamento, sendo de total importância um programa terapêutico interdisciplinar e multiprofissional, com orientação e educação em dor, repercutindo na satisfação do paciente e qualidade de vida.

O estudo de Junior (2021) relata que cada recurso possui sua contribuição no tratamento fibromilagico, já que se trata de uma doença de múltipla sintomatologia, as técnicas combinadas de inibição de pontos gatilhos, dessensibilização central, exercícios de baixo impacto e técnicas relaxantes apresentam boa eficácia nesse grupo de pacientes. De acordo com Santos (2018) os exercícios aeróbicos na hidrocinestoterapia reduzem a dor e a fadiga, quando realizados 2 x por semana com duração de 60 minutos cada, assim melhorando qualidade de vida dos portadores de fibromialgia.

Tendo em vista que a fibromialgia é uma doença reumática com agravamentos extra articulares, Costa e Souza (2017) destaca que esse grupo de pacientes se sentem incapazes de realizar atividades de vida diárias, por possui dor crônica de etiologia desconhecida. Observou-se que a aplicabilidade da massoterapia com fricção e deslizamento proporciona o relaxamento das fibras muscular, impactando não só nas limitações físicas, mas também na redução da depressão e ansiedade, associado a hidroterapia ocasiona melhora nas funções respiratória e vascular com diminuição da dor e fadiga.

CONCLUSÃO

Ao remeter-se a problemática deste estudo que investigou as estratégias fisioterapêuticas que apresentam melhores resultados positivos, no tratamento de repercussões funcionais em pacientes portadores de doenças reumáticas extra articulares, pode-se concluir que se evidencia as técnicas de cinesioterapia em todas as suas possibilidades, exercícios aeróbicos regulares, crioterapia, alongamentos, eletroestimulação, acupuntura, massoterapia e hidrocinestoterapia.

Considerando ser essencial o profissional fisioterapeuta em todas as fases das doenças, visto se classificar como crônicas, principalmente podendo apresentar efeitos positivos no controle e manejo da dor, recuperação e manutenção da mobilidade e prevenção do agravamento das patologias. Todavia, sugere-se uma abordagem interdisciplinar e multiprofissional, com ênfase na educação em dor e comprometimento corresponsável do paciente ao tratamento proposto.

REFERÊNCIAS

- CARVALHO, F. M. et al. Perfil epidemiológico e clínico dos pacientes com doenças reumáticas atendidos pela fisioterapia na cidade de Goiânia. **Enciclopédia Biosfera**, v.15, n.28, p.1280-1288, 2018. Disponível em: <<http://www.conhecer.org.br/enciclop/2018B/SAU/perfil.pdf>>. Acesso em: 14 abr. 21.
- PANISSON, I. D. et al. Condições de saúde em portadores de reumatismo de tecidos moles. **Revista de Ciências Médicas e Biológicas**, v.12, n.13, p.295-298, 2013. Disponível em: <<https://repositorio.ufba.br/ri/handle/ri/23090>>. Acesso em: 12 abr. 2021.
- RORIGUES, A. P. et al. Qualidade de vida em pacientes portadores de doenças reumáticas. **Revista Brasileira de Educação e Saúde**, v.9, n.1, p.6-13, 2019. Disponível em: <<https://editoraverde.org/gvaa.com.br/revista/index.php/REBES/article/view/6331>>. Acesso em: 14 abr. 21.
- SILVA, C. L. **Fisioterapia e suas contribuições na perícia judicial trabalhista**. 2019. 72f. Monografia (Graduação em Fisioterapia) – Faculdade de Educação e Meio Ambiente, Ariquemes-RO, 2019.
- VALENÇA, T. D. C. Relato de experiência de discentes no cuidado fisioterapêutico de idosos com doenças reumáticas. **Revista Extensão em foco**, v.1, n.22, p.255-272, 2021. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/extensao/article/view/75291/pdf>>. Acesso em: 14 abr. 21.
- COSTA, F. R. B; SOUZA, L. C. Efeitos da hidroterapia associado a massoterapia em pacientes portadores da fibromialgia. **Rev. Visão Universitária**, v.2, n.1, p.1-16, 2017. Disponível em: <<http://www.visaouniversitaria.com.br/ojs/index.php/home/article/view/114/102>>. Acesso em: 14 abr. 21.
- SOUZA, Débora pessoa. **Manifestações articulares e extra articulares em adultos com artrite idiopática juvenil**: implicações para a transição do cuidado. 2020. Dissertação (Mestra em Ciências da Saúde) - Universidade Estadual de Campinas, [S. l.], 2020.
- GONÇALVES, P.V.A. Atuação fisioterapêutica no tratamento da fascite plantar com ênfase nas técnicas de alongamento e liberação miofascial: revisão sistemática. In: GONÇALVES, P.V.A. **Atuação fisioterapêutica no tratamento de fascite plantar com ênfase nas técnicas de alongamento e liberação miofascial**: revisão sistematica. 2020. Trabalho de conclusão de curso (Fisioterapia) - Faculdade Pernambucana de Saúde, [S. l.], 2020. p. 27.
- ALVARENGA, P.A. **A importância do tratamento conservador na epicondilite lateral de cotovelo- possibilidades fisioterapêuticas**. 2017. 12 p. Trabalho de conclusão de curso

(Especialista em Fisioterapia Traumatológica com ênfase em Terapias manuais) - Faculdade Faserra, [S. l.], 2017.

SANTOS, E.M. **Exercício aeróbicos em pacientes com fibromialgia**. 2018. 26 p. Trabalho de conclusão de curso (Fisioterapia) - Faculdade Regional Brasileira- Maceió, [S. l.], 2018. *E-book*.

JUNIOR, Nereu Pedro Tassi. **Abordagem fisioterapêutica no tratamento da fibromialgia: uma revisão bibliográfica**. 2021. Trabalho de conclusão de curso (Fisioterapia) - Universidade Católica de Goiás, [S. l.], 2021.

MIRANDA, J.V.T. **Abordagem fisioterapêutica no tratamento da fascite plantar**. 2021. Trabalho de conclusão de curso (Fisioterapia) - Faculdade Regional Brasileira, [S. l.], 2021.