

EFEITOS DA CINESIOTERAPIA E DO ULTRASSOM TERAPÊUTICO SOBRE O MANEJO DA DOR EM PACIENTES IDOSOS COM OSTEOARTROSE DE JOELHOS

EFFECTS OF KINESIOTHERAPY AND THERAPEUTIC ULTRASOUND ON PAIN MANAGEMENT IN ELDERLY PATIENTS WITH KNEE OSTEOARTHRISIS

Andreska Benicio de Almeida Silva¹

Carla Thayza Sena de Araujo¹

Lindaiane Bezerra Rodrigues Dantas²

- 1- Pós-graduandas em Fisioterapia Traumatologia e Desportiva pelo Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Unileão, Juazeiro do Norte/CE
- 2- Doutora em Química Biológica pela universidade Regional do Cariri, URCA, Crato/CE

Autor correspondente:

RESUMO

Introdução: A osteoartrose é uma doença articular crônico-degenerativa, predominante na população idosa, sendo a articulação do joelho uma das mais acometidas. O tratamento pode ser conservador ou cirúrgico. Dentre o tratamento conservador, destaca-se a cinesioterapia, podendo ser auxiliada com outro método como o ultrassom terapêutico. **Objetivo:** Diante do exposto, o estudo teve como objetivo investigar o efeito da cinesioterapia associado ao ultrassom terapêutico sobre o manejo da dor em pacientes idosos com osteoartrose de joelhos. **Metodologia:** O estudo trata-se de uma comunicação breve, a partir da busca de artigos no google acadêmico, no período de 2013 a 2020, no idioma português. **Resultados:** Foram selecionados 23 estudos, sendo 9 incluídos. De modo geral, os estudos mostram que a OA é uma doença incapacitante e quase sempre têm patologias associadas. A fisioterapia tem os recursos mais indicados para retardar o processo degenerativo da doença e poder melhorar a capacidade funcional dos idosos com AO. **Conclusão:** Com o presente estudo foi visto que existem limitações funcionais em idosos com OA, como também há patologias associadas, mas, a cinesioterapia associada a outros tipos de tratamento conservador, como o ultrassom terapêutico, pode ser uma estratégia eficaz para o tratamento, promovendo melhora do quadro algico, desempenho muscular, funcionalidade, rigidez, redução de edema e do processo inflamatório.

Palavras-chave: Cinesioterapia; Ultrassom; Osteoartrose de Joelho;

ABSTRACT

A osteoartrose (OA) é a doença reumática mais prevalente, crônica, causa alterações degenerativas a cartilagem e a região periarticular das articulações sinoviais, sendo o joelho o mais afetado. O processo de adoecimento se desenvolve devido à relação entre fatores de risco sistêmicos e locais, sendo os sistêmicos, raça, idade, sexo, fatores genéticos, hormonais, densidade óssea e nutricionais e os locais envolvem ganho de peso, condições traumáticas, ocupação, movimento funcional e fraqueza muscular. Dentre todos os fatores de risco, a obesidade, o envelhecimento e o sexo feminino parecem ser os mais significativos (FREITAS, 2020).

A maioria dos portadores de OA possui grandes alterações em suas atividades de vida diária (AVD) e aproximadamente 25% apresentam algum tipo de limitação funcional. Assim, a OA torna-se uma causa muito comum de incapacidades e configura um grande problema social, pois proporciona maior risco de institucionalização e altos custos para os serviços de saúde (SANTOS et al, 2015).

A osteoartrose caracteriza-se principalmente por dor nas articulações afetadas, pela limitação de movimentos e crepitação. A patologia é inicialmente caracterizada pela fragmentação da superfície da cartilagem, multiplicação dos condrócitos, fissuras verticais e remodelação. Estas alterações, que envolvem todos os tecidos do sistema articular, representam um critério diagnóstico padronizado e amplamente utilizado na clínica moderna, sendo observada por meio de técnicas de imagem, principalmente a radiografia. Em séries esqueléticas, a osteoartrose é observada de forma direta e apenas a partir de alterações ósseas nas superfícies articulares, logo, os critérios diagnósticos são distintos daqueles utilizados na clínica. Mesmo os marcadores associados às alterações ósseas apresentam variações quando observados nos indivíduos vivos por meio de técnicas de imagem, ou diretamente no osso. A falta de correspondência entre os marcadores e os sistemas radiográficos de escores para diagnóstico, amplamente aceitos e utilizados na clínica, e o conjunto de evidências observáveis diretamente no osso subcondral resultaram na aplicação de metodologias não padronizadas para diagnóstico em séries esqueléticas arqueológicas (LESSA, 2013).

O melhor tratamento da OA requer uma combinação de medidas farmacológicas e não farmacológicas, na qual, todos os pacientes devem ter acesso à informação e educação quanto aos objetivos do tratamento e a importância de mudanças no estilo de vida, como a realização de exercícios, adequação das atividades, redução de peso e outras medidas para diminuir o impacto sobre as articulações lesadas. O foco inicial deve ser em autocuidado e tratamentos dirigidos ao paciente ao invés de terapias passivas realizadas por profissionais de saúde. Deve ser dada ênfase no incentivo para aderência ao regime terapêutico não-farmacológico. Pacientes devem ser encorajados a praticar e manter prática regular de exercícios aeróbios, de fortalecimento muscular e de ganho de amplitude de movimento. Pacientes com OA sintomática podem se beneficiar do encaminhamento à fisioterapia para avaliação e instrução de exercícios apropriados para reduzir a dor e aumentar a capacidade funcional (REZENDE; CAMPOS; PAILO, 2013).

A osteoartrose é uma das doenças que mais acarreta dor musculoesquelética, sendo quadros algícos frequentes e persistentes, podendo acometer um em cada cinco indivíduos, principalmente idosos, ocasionando em dor crônica e incapacidade funcional. Além da dor e da fraqueza ocasionada, evolui em redução de equilíbrio,

déficits proprioceptivos, redução de ADM e instabilidade da articulação. Sendo a dor de difícil compreensão, devido à sua complexidade, envolvendo estudos mediante a uma estrutura biopsicossocial, com isso, envolve fatores, além da perda da função articular, há causas multifatoriais de processos cognitivos, biológicos, psicológicos, emocionais e sociais por meio de mecanismo periférico e central do sistema nervoso, se caracterizando como uma experiência multidimensional (RODRIGUES et al, 2013).

A fisioterapia tem uma grande importância na OA, desde a atuação já com a doença, quanto na ação preventiva que age sobre fatores etiológicos de uma enfermidade a fim de evitar que esta venha a se instalar, com o objetivo de prevenir danos, deformidades e perda da capacidade funcional. Tornando-se de grande importância quando executada de maneira correta, garantindo grandes benefícios, como alívio da dor, aumento da capacidade funcional articular (ARAUJO; MEJIA, 2015).

Diante do exposto, a fisioterapia possui diversas técnicas para tratamento, seja de forma ativa ou passiva. Na qual, o fisioterapeuta deve ter o olhar clínico no que se refere as condutas utilizadas com esses indivíduos, atuando de forma consistente no tratamento dessa patologia que não tem cura, mas, que pode prolongar a saúde articular e global. Os recursos utilizados no tratamento dessa patologia podem ir além de cinesioterapia e eletrotermofototerapia (CUNHA et al, 2017).

Em suma, este trabalho tem o objetivo de investigar o efeito da cinesioterapia associado ao ultrassom terapêutico sobre o manejo da dor em pacientes idosos com osteoartrose de joelhos, para isto, foi realizado uma busca por artigos publicados nos períodos de 2013 a 2020, na ferramenta de busca google acadêmico.

A cinesioterapia ou terapia por movimento é um conjunto de exercícios terapêuticos que podem ser realizados, sob orientação do fisioterapeuta. A cinesioterapia especialmente por meio do alongamento e fortalecimento, pode ser uma estratégia eficaz para o tratamento da OA, promovendo melhora do quadro álgico, além de outros benefícios como a melhora do desempenho muscular, funcionalidade e rigidez (ANDRADE, 2020).

Os tratamentos não invasivos e não farmacológicos, como o ultrassom terapêutico, é importantes adjuvantes para a reabilitação de pacientes com osteoartrose. É uma forma de onda mecânica (acústica), na qual a energia é transmitida por vibrações das moléculas através do meio sólido, líquido e gasoso, com absorção da energia mecânica e aumento da temperatura tecidual. Estas tecnologias produzem alguns efeitos terapêuticos, como o aumento da vascularização, atividade enzimática, síntese de colágeno, acelerando a reparação tecidual, além de contribuírem para o tratamento da dor (PAOLILLO et al, 2014).

Portanto, é de suma importância o tratamento da osteoartrose com esses dois métodos. A cinesioterapia aliada com o ultrassom terapêutico é efetiva na redução de dor, no aumento da amplitude de movimento e força muscular, assim, melhorando a funcionalidade e aumentando a qualidade de vida desses pacientes. É necessário ampliar as discussões para incentivar o desenvolvimento de novos estudos e assim melhorar as evidências dos efeitos da associação dessas duas técnicas.

REFERENCIAS

ANDRADE, Bruna de Goés; VAZZOLER, Afonso; PAVAN, Bruna da Silva; JORGE, Matheus Santos Gomes; WIBERLINGER, Lia Mara. Intervenção cinesioterapêutica na dor de indivíduos com osteoartrite. **J. Health NPEPS**, p. 123-144, 2020.

ARAUJO, J. G.; MEJIA, D. P. M. In: PORTAL BIOCURSOS, A Fisioterapia na artrose de joelho em pacientes da terceira idade: Uma revisão de literatura, 2015, Disponível em: [https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/32/141 -
_A Fisioterapia na artrose de joelho em pacientes da terceira idade -
Uma revisYo de literatura.pdf](https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/32/141_-_A_Fisioterapia_na_artrose_de_joelho_em_pacientes_da_terceira_idade_-_Uma_revisão_de_literatura.pdf), Acesso em: 12 de Outubro de 2023

CUNHA, Aimê; SILVA, Carine Nascimento; KELLERMANN, Magali; MORAES, Rosângela; PAULA, Aline; TRENNEPOHL, Cátia; HANSEN, Dinara. A fisioterapia na saúde do idoso com osteoartrite: uma revisão de literatura. **REVISTA INTERDISCIPLINAR DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO-Revint**, v. 5, n. 1, 2017.

FREITAS, Larissa Simões. Exercícios domiciliares para alívio da dor em pacientes com osteoartrite de joelho: revisão sistemática. Universidade De Brasília, 2020.

LESSA, Andrea. Novos aportes teórico-metodológicos para o diagnóstico de osteoartrose em séries esqueléticas e sua importância para a arqueologia brasileira: I-Registro dos processos tafonômicos e dos marcadores ósseos. **Boletim do Museu Paraense Emílio Goeldi. Ciências Humanas**, v. 8, p. 567-583, 2013.

REZENDE, Márcia Uchôa de; CAMPOS, Gustavo Constantino de; PAILO, Alexandre Felício. Conceitos atuais em osteoartrite. **Acta Ortopédica Brasileira**, v. 21, p. 120-122, 2013.

RODRIGUES, Ruan Emerson; DUARTE, Paulo Henrique Meira; FEITOSA, Cleyton Ânderson Leite. Impacto da osteoartrose de joelho na capacidade funcional e qualidade de vida de pacientes atendidos em um município de Pernambuco, Brasil. **Archives Of Health Investigation**, v. 8, n. 7, 2019.

SANTOS, Joao Paulo M.; ANDRAUS, Rodrigo A.; PIRES-OLIVEIRA, Deise A.; FERNANDES, Marcos T.; FRÂNCICA, Mayra C.; POLI-FREDERICO, Regina Célia; FERNANDES, Karen B. P. Análise da funcionalidade de idosos com osteoartrite. **Revista Fisioterapia e Pesquisa**, v.22, p. 161-168, 2015.

PAOLILLO, A. R.; PAOLILLO, F. R.; JOÃO, J. P.; João, H. A.; TINTA, A. J.; RUELA, G. F.; CHIANFRONE, D. J.; BAGNATO, V. S. Efeitos terapêuticos do ultrassom e laser associados em mão de mulheres com osteoartrose. **Anais. Rio de Janeiro: Sociedade Brasileira de Engenharia Biomédica-SBEB**, 2014.