

## RESUMO SIMPLES - CIÊNCIAS DA SAÚDE

### **ATUAÇÃO DA CINESIOTERAPIA NO TRATAMENTO DE LESÃO DO LCA EM ATLETAS: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

*Felipe Alves Podavini (felipetati9@gmail.com)*

*William Cruz (williamlemealvesdacruz@gmail.com)*

*Pablo Henrique Da Silva Gregorio (pablecx.17.8.03@gmail.com)*

*André Felipe Faria (andre.felipe.faria799@gmail.com)*

*Nathalie Clara Souto Faria (nathaliecsfaria@gmail.com)*

**LCA, atletas**Introdução: O Ligamento cruzado anterior (LCA) é um dos principais ligamentos que ajudam na promoção da estabilidade para o joelho, sendo uma das estruturas mais acometidas durante as lesões que envolvem esta articulação. Aproximadamente 70% das lesões de ligamento cruzado anterior ocorrem em atletas de alto rendimento nos esportes de alto impacto. Objetivo: Esta revisão permitiu analisar a eficácia da cinesioterapia em atletas que obtiveram o ligamento do joelho cessado. Metodologia: Foram utilizados cinco artigos relacionados ao tema abordado, os quais foram adquiridos através das bases de dados online como PubMed, Scielo e por uma inteligência artificial chamada de Scispace. Resultados: A utilização da cinesioterapia atuou como objetivos de minimizar a dor, recuperar a amplitude de movimento, prevenir atrofia e recuperar massa muscular. Os exercícios devem ser com ênfases em exercícios de fortalecimentos isométricos e isotônicos dos músculos flexores e extensores de joelho, mobilizações articulares ativas e passivas da articulação do joelho, pliometria de membros

inferiores, treino de marcha e treino específico para o retorno ao esporte. Conclusão: Foi possível observar ao desenvolver esta revisão que a cinesioterapia é extremamente indicada para o tratamento de lesão do LCA, pois desempenha uma recuperação positiva ao paciente através de movimentos e manobras terapêuticas. Sendo de total importância para o paciente a voltar a sua rotina e em caso de atletas voltarem a praticar esportes.

Palavras-chave: cinesioterapia; lesão de lca; atletas.