

## RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

### **CRIOTERAPIA NA REABILITAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA DE LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS: EFEITOS, PROTOCOLOS E SEGURANÇA**

*Ingrid Salamão Nunes (ingrid.nunes0701@soufcb.com.br)*

*Igor Pereira Binda (igor.binda9718@soufcb.com.br)*

*Lorraine Ferreira De Oliveira (lorraine.oliveira4761@soufcb.com.br)*

*Tales Bruno Araujo Felicissimo (tales.felicissimo8790@soufcb.com.br)*

*Clodoaldo Figueiredo (clodoaldo.souza@fcb.edu.br)*

**INTRODUÇÃO:** A crioterapia consiste em uma técnica onde o frio é utilizado com a finalidade de absorver o calor tecidual do corpo, levando a consequências como a diminuição do metabolismo, efeitos anti-inflamatórios e analgésicos. O mecanismo de ação da crioterapia está relacionado a vasoconstrição, que consiste na diminuição do calibre dos vasos sanguíneos, reduzindo o fluxo sanguíneo local. Além do mais, também está relacionado a diminuição da velocidade de transmissão dos impulsos nervosos, redução da atividade celular e demanda por oxigênio, e controle da liberação de mediadores inflamatórios. **OBJETIVOS:** O presente estudo teve como objetivo compreender como a crioterapia pode ser utilizada de forma segura e eficaz na reabilitação fisioterapêutica de lesões musculares. **MÉTODOS:** Foi realizada

uma revisão bibliográfica, incluindo artigos publicados entre 2017 e 2025, nas bases de dados SciELO, PubMed, LILACS e Google Acadêmico. Foram selecionados estudos que abordassem o uso da crioterapia na fisioterapia e reabilitação musculoesquelética. RESULTADOS E DISCUSSÃO: Os resultados indicam que a crioterapia é eficaz na analgesia, controle do edema e do processo inflamatório, com destaque para as técnicas de imersão em água fria e criocompressão. Foi possível observar também que as variações de tempo, temperatura e frequência podem influenciar na eficácia e segurança da técnica. Na prática, a aplicação de alguma dessas técnicas de maneira incorreta pode gerar analgesia insuficiente, edema persistente ou lesões pelo frio, como queimaduras, reforçando a importância de protocolos individualizados, que levem em conta fatores como a idade do paciente, o tipo de lesão e o estágio do processo inflamatório. CONCLUSÃO: Diante disso, conclui-se que a crioterapia é uma ferramenta segura e eficaz para a reabilitação fisioterapêutica de lesões musculoesqueléticas, desde que os protocolos sejam aplicados de maneira adequada, contribuindo para a recuperação funcional e retorno as atividades.

Palavras-chave: crioterapia; fisioterapia; reabilitação; lesões musculoesqueléticas.