

# EQUILÍBRIO CORPORAL NA OSTEOARTRITE DE QUADRIL E JOELHO, APÓS PROTOCOLO DE INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA

**Gustavo Yuji Watanabe, Dra. Cristina Elena Prado Teles Fregonesi, Dra. Alessandra Madia Mantovani Fabri, FCT-Unesp, Campus Presidente Prudente, Fisioterapia, [gustavo.watanabe@unesp.br](mailto:gustavo.watanabe@unesp.br), [cristina.fregonesi@unesp.br](mailto:cristina.fregonesi@unesp.br).**

Palavras Chave: Osteoartrite, equilíbrio, fisioterapia em grupo.

## Introdução

A osteoartrite (OA) é uma desordem crônica degenerativa, caracterizada pela mudança na estrutura da articulação. Esta condição prejudica, principalmente, articulações do joelho e quadril, tendo maior incidência em mulheres. O tratamento de melhor custo-benefício é a fisioterapia por sua efetividade, porém pouco se sabe sobre protocolo de intervenção fisioterapêutica em grupo na melhora do equilíbrio de indivíduos com OA.

## Objetivo

Avaliar o efeito de um protocolo de exercícios em grupo, sobre equilíbrio corporal estático e dinâmico em indivíduos com osteoartrite de joelho e quadril.

## Material e Métodos

Ensaio clínico não controlado com pacientes com diagnóstico de OA de joelho e/ou quadril, que realizam a marcha independente e pontuação superior a 25 no LEFS (*Lower Extremity Functional Scale*). Os instrumentos de avaliação foram o questionário de funcionalidade LEFS, Escala Visual Analógica (EVA), Teste de Agilidade e Equilíbrio Dinâmico (AGIL) e Estabilometria por meio de um baropodômetro eletrônico (*FootWalk Pro*®, AM CUBE, França) no qual o participante permanecia em posição bípede sem apoio por 30 segundos. O protocolo de intervenção foi composto por 10 sessões de cinesioterapia realizadas em grupo, por cinco semanas (duas vezes por semana), com progressão gradual dos exercícios. Os dados seguem apresentados por médias e desvio-padrão e as comparações por testes para amostras dependentes definidos pelo Kolmogorov-Smirnov test com auxílio do software SPSS (versão 19.0) em um nível de significância de 5%.

## Resultados e Discussão

A amostra contou com 27 participantes, sendo 20 mulheres (74%) e sete homens (26%) com idade média de 64,19±8,33 anos. Após a perda amostral do primeiro para o segundo momento de avaliação

(após intervenção) a amostra contou com 18 participantes para os testes de comparação. Os resultados demonstraram melhora significativa de 17% da capacidade funcional e 44% em relação à dor ao movimento.

**Tabela 1.** Resultados das escalas e testes aplicados antes e depois da intervenção (n=18):

	ANTES	DEPOIS	P-VALOR
LEFS	37,61±11,83	45,33±13,67	0,010*
AGIL	34,63±11,12	32,92±9,86	0,321
EVA REP.	2,85±3,37	1,85±2,88	0,189
EVA MOV.	7,11±2,49	3,96±3,73	0,001*
Estabi AP	2,18±0,74	2,19±0,77	0,904
Estabi ML	1,89±0,65	1,77±0,90	0,671

## Conclusão

O protocolo de cinco semanas de exercícios em grupo resultou na melhora da funcionalidade e redução do quadro algico dessa amostra, no entanto, não levou a mudanças nos parâmetros relacionados ao equilíbrio corporal.

## Agradecimentos

Primeiramente, aos meus pais que me apoiaram e lutaram para que eu tivesse condições para chegar até o atual momento. Gratidão aos professores e orientadores que trouxeram grandes aprendizados, e também aos meus colegas de curso.

Heyward VH. Avaliação física e prescrição de exercícios: técnicas avançadas, trad. Márcia Dornelles, 6 ed., Porto Alegre: Artmed. 2013.

Rodrigues AJ; Camargo RS. Tratamento fisioterapêutico na osteoartrite de joelho: revisão de literatura. Cad Da Esc De Saúde. 2015;2(14):101-14.

Miyasike-da-silva V, Villar R, Zago AS, Polastri PF et al. Nível de agilidade em indivíduos entre 42 e 73 anos: efeitos de um programa de atividades físicas generalizadas de intensidade moderada. Revista Brasileira de Ciências do Esporte. 2002;23(3):65-79. 11

Martinelli AR, Mantovani AM, Nozabiel AJL, Ferreira DMA, Barela JA, Camargo MR, Fregonesi CEPT. Muscle strength and ankle mobility for the gait parameters in diabetic neuropathies. The Foot. 2013;23:17-21.