

## RESUMO - CUIDADO INTEGRAL À SAÚDE

### **DESENVOLVIMENTO DE MATERIAL EDUCATIVO PARA O AUXÍLIO NA REABILITAÇÃO MUSCULAR DE PACIENTES PÓS-CIRURGIA DE LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR DO JOELHO**

*Neemias Dos Santos Gonçalves (neemiaspersonal@gmail.com)*

*Bruno Belaguarda Batista (brunobellaguarda@ufam.edu.br)*

**INTRODUÇÃO:** Diversas técnicas cirúrgicas, como vários protocolos pós-operatórios vêm sendo desenvolvidos, com o intuito fundamental de aumentar força, controle proprioceptivo e padrão de ativação adequado dos músculos que ajudam a estabilizar o joelho de pacientes com história de lesão do ligamento cruzado anterior (LCA). **OBJETIVO:** Desenvolver material educativo E-BOOK voltado aos profissionais de Educação Física, para auxílio na reabilitação muscular de pacientes pós cirurgia de LCA. **METODOLOGIA:** Pesquisa do tipo desenvolvimento metodológico que tem por objetivo a construção de uma tecnologia educativa, e-book. Etapas de desenvolvimento: revisão integrativa de literatura sobre reabilitação muscular de pacientes pós cirurgia de LCA; desenvolvimento do material voltado ao auxílio pedagógico dos profissionais de educação física envolvidos na reabilitação pós cirúrgica de LCA e divulgação. Seguirá as etapas de acordo com princípios de construção de material educativo em saúde: construção, validação e divulgação. **RESULTADOS:** Busca nas bases de dados eletrônicas resultou em 250 artigos na BVS e 68 artigos no SciELO. Com aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foram selecionados 18 artigos. Dentre os estudos: 4 estudaram resultados obtidos utilizando exercícios de Cadeia Cinética Fechada (CCF) e

Cadeia Cinética Aberta (CCA); 2 analisaram estratégia de compensação durante o agachamento, para preservar o joelho lesionado; 5 estudaram estratégias complementares que podem ser utilizadas nos programas de reabilitação, tais como Treinamento de Vibração Local (TVL), exercícios de peso corporal, treino funcional com faixa elástica e treinos de equilíbrio e controle neuro-motor; 5 estudaram os efeitos de diferentes estratégias e exercícios de fortalecimento, como treinos de resistência de alta intensidade, exercícios concêntricos, excêntricos e isocinéticos; por fim, 2 analisaram fatores preditores do paciente que podem estar relacionados ou não ao resultado do programa de reabilitação. DISCUSSÃO: Os principais programas de reabilitação recomendam e comprovam a eficácia e segurança da utilização de exercícios de CCF e recomendam cautela na escolha e uso dos exercícios de CCA. Já em relação as estratégias para ganho de força, os exercícios que utilizam isocinéticos excêntricos e concêntrico excêntrico convencional apresentaram os melhores resultados. Por outro lado, estratégias que visem acelerar o processo de reabilitação apresentaram resultado negativo sobre a frouxidão do joelho lesionado. Ao se estabelecer o programa de reabilitação a ser utilizado, deve-se levar em consideração as características preexistes do paciente, tanto no período pré-lesão, pré e pós-operatório. Também, analisar se o paciente está utilizando estratégias de compensação para evitar sobrecarga no membro lesionado, como mecanismo de proteção.

Palavras-chave: livro digital; educação física e treinamento; exercício de reabilitação; ligamento cruzado anterior; joelho.