

EFEITOS DA HIDROTERAPIA NO TRATAMENTO DA OSTEOARTROSE DE JOELHO: REVISÃO DE LITERATURA

LESSA, C. M. S.¹; GROSSI, C. L. D.²

RESUMO

O objetivo deste estudo foi analisar os efeitos da hidroterapia como método de tratamento da osteoartrose de joelho. Trata-se de uma revisão de literatura realizada a partir dos bancos de dados indexados ao, Scielo, PubMed e Google Acadêmico. Foram utilizados 5 artigos relevantes à revisão. Conclui-se que a hidroterapia como intervenção para o tratamento de osteoartrose de joelho é eficaz, pois, a água aquecida oferece diversos benefícios e melhoras ao paciente.

Palavras-chave: Hidroterapia. Osteoartrose de joelho. Fisioterapia Aquática.

ABSTRACT

The aim of this study was to analyze the effects of hydrotherapy as a method of treating knee osteoarthritis. This is a literature review based on databases indexed to, SciELO, PubMed and Google Scholar. 5 articles relevant to the review were used. It is concluded that hydrotherapy as an intervention for the treatment of knee osteoarthritis is effective, because the heated water offers several benefits and improvements to the patient.

Keywords: Hydrotherapy. Knee osteoarthritis. Aquatic physiotherapy.

INTRODUÇÃO

A osteoartrose (OA) é definida como uma doença osteoarticular degenerativa, progressiva e crônica, evoluindo para possíveis alterações anatômicas e fisiológicas, caracterizadas pela degeneração da cartilagem, remodelagem óssea, manifestando sintomas clínicos como artralgia, rigidez e limitação da função articular (SANTOS *et al.* 2020).

Os dados divulgados pela Sociedade Brasileira de Reumatologia (SBR), constam que a OA, tem certa preferência pelo sexo feminino. Ela aumenta com o passar dos anos, 85% das pessoas tem evidências radiológicas ou clínica da doença, mas somente 30 a 50% do indivíduos com alterações observadas nas radiografias queixam-se de dor crônica.

¹Cássia Micheli Secco Lessa – Graduanda do curso bacharelado em fisioterapia da Faculdade de Apucarana (FAP). Apucarana-Pr. 2020. Contato: cassiasecco17@hotmail.com

²Cássio Lucio Del Grossi – Fisioterapeuta e Docente do curso de bacharelado em fisioterapia da Faculdade de Apucarana (FAP). Apucarana-Pr. 2020. Contato: cassio.lucio@fap.com.br

A incidência e prevalência da osteoartrose aumentam com a idade, entretanto, diversos fatores levam à degradação da cartilagem articular, entre eles, a obesidade, trauma articular, fatores hormonais, fatores genéticos, dietéticos e climáticos (PÉCORA; HERNANDEZ; CAMANHO, 2010).

O trabalho da fisioterapia deve ser utilizado para alcançar o alívio da dor e diminuir espasmos musculares, assim causando o ganho de um aumento no grau de movimento da articulação acometida (CECHETTI *et al.* 2012).

Portanto, as propriedades físicas da água junto aos exercícios podem facilitar os objetivos em um programa de reabilitação, pois a água atua nas desordens músculo esqueléticas e melhoram o equilíbrio. Os movimentos que são realizados pelos pacientes em solo há maior dificuldade, entretanto na água, os movimentos são mais produtivos e geram menos impacto (MATTER e PORTELA. 2016).

OBJETIVO

O presente estudo teve por objetivo geral analisar os efeitos da hidroterapia como método de tratamento na osteoartrose de joelho.

METODOLOGIA

Essa pesquisa trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, do tipo descritiva com abordagem qualitativa. O levantamento bibliográfico foi realizado através das seguintes bases de dados: Scielo (*Scientific Electronic Library Online*), PubMed e Google Acadêmico. Foram inseridas buscas das quais relatam os efeitos da hidroterapia ou fisioterapia aquática no tratamento da osteoartrose de joelho, publicados dentro dos anos de 2010 a 2020, nos idiomas inglês e português, de diferentes revistas disponíveis em livre acesso a internet.

RESULTADOS

Foram encontrados cinco estudos relevantes à revisão. Estes presentes no quadro 1 em ordem cronológica.

Quadro 1 – Apresentação dos Artigos

| Autor/ ano | Metodologia | Tipo de intervenção | Resultados | Conclusão |
|----------------------|---|---|--|---|
| BARDUZZI ET AL, 2013 | Trata-se de uma revisão de caso, onde foi avaliado o impacto da FA e da FT na CF de | Todos os participantes foram submetidos a uma avaliação para obtenção de dados demográficos, clínicos | Os resultados demonstraram uma redução significativa no tempo da marcha usual, marcha rápida | O presente estudo demonstrou que os idosos com OA de joelho submetidos a FA obtiveram |

| | | | | |
|-------------------------------|--|---|---|---|
| | idosos diagnosticado com OA de joelho. | e antropométricos. Os atendimentos da FA foram realizados três vezes por semana, totalizando 24 sessões com duração média de 60 minutos, com uma pausa de 45 dias entre a 12ª e a 13ª sessão. As atividades da FA constituíam três etapas distintas: aquecimento, exercícios de fortalecimento muscular e resfriamento. Do mesmo modo, as atividades da FT foram compostas por uma série de exercícios progressivos. Os atendimentos foram realizados em quatro etapas distintas: analgesia, aquecimento, exercícios de fortalecimento muscular e resfriamento. | e de subir e descer escadas na FA quando comparados ao apresentado em FT e GC. | resultados significativamente satisfatórios no que se refere à redução do tempo da marcha usual, marcha rápida e de subir e descer escadas. Também os idosos submetidos a FT apresentaram melhora significativa no tempo referente ao teste de descer escadas. Observou-se, ainda, que os idosos com OA de joelho inseridos no GC, ou seja, que não realizaram intervenção fisioterapêutica, não apresentaram melhora da CF em nenhum dos parâmetros avaliados. |
| MAGALHAES; MEJIA, 2013 | Estudo de natureza qualitativa, descritiva e bibliográfica. O período da pesquisa foi realizado entre setembro de 2011 a outubro de 2013. | Foram pesquisadas fontes bibliográficas referente ao tema central da pesquisa. | A FA tem se mostrado um método de importante valor na reabilitação de lesões nos membros inferiores, obtendo melhora da dor, diminuição na sustentação de peso, controle de edema, e, conseqüentemente melhora da mobilidade articular. | A técnica oferece a oportunidade de realizar exercícios que não seria possível ser realizados em solo. |
| JUNIOR, MOSSINI, SANTOS, 2015 | Estudo descritivo e comparativo. Foi constituído por idosos com diagnóstico de OA, sendo estes, submetidos a um protocolo estruturado de FA de 15 sessões. | Os atendimentos constituíram de três etapas distintas: primeira etapa, aquecimento. A segunda etapa cinesioterapia. A terceira e última etapa resfriamento. Em seguida, todos foram conduzidos ao relaxamento (cinco minutos) por meio de exercícios respiratórios e flutuadores. | Após a intervenção, verificou-se, em média, melhora extremamente significativa na flexão máxima do joelho direito e do joelho esquerdo. | Pode-se concluir que o protocolo de FA contribuiu satisfatoriamente para a ADM e CF dos idosos participantes do estudo. |
| VIEIRA, ALVES, LUZES, 2016 | O estudo apresentou um caráter teórico, qualitativo, descritivo. Foram realizadas buscas em bases de dados científicos tais como LILACS, Bireme, Biblioteca Virtual (BVS), | 8 estudos, datados entre 2007 a 2013, baseados em programas de hidrocinoterapia em pacientes idosos com osteoartrose de joelho. | Em ambos os estudos houve melhoria dos programas submetidos aos pacientes. | O programa de hidrocinoterapia proposto para reabilitação de pacientes idosos portadores de osteoartrose no joelho, foi eficaz no |

| | | | | |
|---------------------|--|--|---|---|
| | MEDLINE, Google Acadêmico e Portal Periódicos. | | | alívio da dor, no ganho de força muscular, no aumento da ADM dos joelhos e na melhora da qualidade de vida. |
| ARAUJO, ET AL, 2018 | Trata-se de uma revisão integrativa. | Estudos que avaliaram indivíduos idosos diagnosticados com osteoartrite de joelho e/ou quadril sendo tratados com exercícios aquáticos, que tenham examinado os desfechos da dor, força e a qualidade de vida. | Ouve melhora significativa sobre o efeito dos exercícios aquáticos na qualidade de vida, dor e força. | O trabalho demonstrou que os exercícios aquáticos podem ser uma estratégia eficiente no tratamento de pacientes com osteoartrite de joelho e quadril. |

Fonte: Autora da pesquisa (2020).

Siglas: Fisioterapia Aquática (FA), Fisioterapia Terrestre (FT), Capacidade Funcional (CF), Osteoartrose (OA), Grupo Controle (GC), Amplitude de Movimento (ADM).

CONCLUSÃO

Após os resultados obtidos, pode-se concluir com esta pesquisa que o tratamento da hidroterapia na osteoartrose de joelho é eficaz, pois, a água aquecida oferece uma série de benefícios para o paciente alcançando resultados satisfatório como, melhora no quadro algico, melhora da capacidade funcional, ganho de ADM, aumento da força muscular e redução de impacto.

REFERÊNCIAS

ARAUJO, T. B. *et al.* **Exercícios aquáticos no tratamento da osteoartrite de quadril e joelho em idosos.** Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício, São Paulo. v.12. n.80. Suplementar 3. p.1208-1215. Jul./Dez. 2018. Disponível em: <http://www.rbpfex.com.br/index.php/rbpfex/article/view/1598>. Acesso em: 17 set. 2020.

BARDUZZI, G. O. *et al.* **Capacidade funcional de idosos com osteoartrite submetidos a fisioterapia aquática e terrestre.** Fisioter. Mov., Curitiba, v. 26, n. 2, p. 349-360, abr./jun. 2013. Disponível em: <<https://periodicos.pucpr.br/index.php/fisio/article/view/21566>>. Acesso em: 17 set. 2020.

CECHETTI, F. *et al.* **Reabilitação aquática como recurso de tratamento da osteoartrose de quadril e joelho.** Fisioterapia Brasil - Volume 13 - Número 5 setembro/outubro de 2012. Disponível em: <<http://www.portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/571>>. Acesso em: 18 mar. 2020.

JUNIOR, P. R. R; MOSSINI, G. L. G; SANTOS, B. M. **Análise dos parâmetros físico-funcionais de idosos com osteoartrite de joelhos submetidos a um protocolo de reabilitação aquática.** Estud. interdiscipl. envelhec., Porto Alegre, v. 20, n. 1, p. 177-187, 2015. Disponível em: <https://www.seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/46964>. Acesso em: 17 set. 2020.

MAGALHAES, M. M; MEJIA, D. P. M. **Eficácia da hidroterapia no tratamento da osteoartrose do joelho: uma revisão bibliográfica.** Portal biocursos. Disponível em: https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/33/236_-_EficYcia_da_hidroterapia_no_tratamento_da_osteoartrose_do_joelho_uma_revisYo_bibliogrYfica.pdf. Acesso em: 18 mar. 2020.

MATTER, P. H.; PORTELA, A. O. A. **Os Benefícios da Hidroterapia em pacientes com osteoartrose de joelho:** Artigo de Atualização. Repositorio São Lucas, 2015. Disponível em: <http://repositorio.saolucas.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/1536/Pedro%20Henrique%20Matter%20-%20Os%20benef%C3%ADcios%20da%20hidroterapia%20em%20pacientes%20com%20osteoartrose%20de%20joelho.%20artigo%20de%20atualiza%C3%A7%C3%A3o.pdf?sequence=1>. Acesso em: 18 mar. 2020.

PÉCORA, J. R.; HERNANDEZ, A. J.; CAMANHO, G. L. **Artrose de Joelho: Gênese e Soluções.** São Paulo: Atheneu, 2010.
SANTOS, C. G. *et al.* **Fisioterapia e qualidade de vida na osteoartrose de joelho.** Fisioterapia Brasil, 2020. Disponível em: <http://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/2748>. Acesso em: 23 set. 2020.

Sociedade Brasileira de Reumatologia. **Osteoartrite (Artrose).** Sociedade Brasileira de Reumatologia, 2019. Disponível em: <https://www.reumatologia.org.br/doencas-reumaticas/osteoartrite-artrose/>. Acesso em: 25 mar. 2020.

VIEIRA, J. R; ALVES, M. O; LUZES, R. **Efeitos da hidroterapia em pacientes idosos com osteoartrose de joelho.** Revista discente da UNIABEU, v. 4, n.8, dez. 2016. Disponível em: <https://revista.uniabeu.edu.br/index.php/alu/article/view/2179>. Acesso em: 17 set. 2020.