

EFETIVIDADE DOS TRATAMENTOS PARA DOR PATELOFEMORAL: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

ASSIS, A.P.¹; ANDOLFATO, K. R.²

RESUMO

Objetivo: Identificar e descrever o tratamento mais eficaz utilizado para a reabilitação da dor patelofemoral, identificar qual a faixa etária mais acometida por essa dor e comparar quais técnicas foram mais eficazes no tratamento. **Método:** Trabalho de revisão bibliográfica com coleta nas bases de dados virtuais. **Resultado:** Evidenciar qual o tratamento fisioterápico mais eficaz para a reabilitação de pacientes portadores da dor patelofemoral. **Conclusão:** Para um tratamento eficaz é necessário a combinação de técnicas e a execução de uma boa avaliação do paciente para identificar o quadro em que se encontra e quais técnicas serão mais eficazes a ele.

Palavras-chave: Síndrome Patelo Femoral. Fisioterapia. Joelho.

ABSTRACT

Objective: To identify and describe the most effective treatment used for the rehabilitation of patellofemoral pain, to identify which age group is most affected by this pain and to compare which techniques were most effective in the treatment. **Method:** Bibliographic review work with collection in virtual databases. **Result:** Evidence which is the most effective physiotherapy treatment for the rehabilitation of patients with patellofemoral pain. **Conclusion:** For an effective treatment, it is necessary to combine techniques and perform a good evaluation of the patient to identify the situation in which he is in and which techniques will be most effective for him.

Keywords: Patellofemoral Syndrome. Physiotherapy. Knee.

INTRODUÇÃO

O joelho é o maior complexo articular do corpo humano, ele é formado por quatro ossos, fêmur, tíbia, fíbula e a patela, a união desses quatro ossos formam as três articulações do joelho, articulação femorotibial, articulação patelofemoral ou femoropatelar e a articulação tibiofibular proximal.

Um dos problemas mais frequentes que as pessoas reclamam nos consultórios médicos são as dores nos joelhos, seja qual for a idade, na grande maioria das pessoas essa dor se faz presente em seu dia a dia, seja sentado, caminhando, subindo e descendo escadas, nas tarefas mais simples do dia e atividades físicas.

¹ Arthur Pereira Assis. Graduando do Curso de Fisioterapia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – PR. 2020. Contato: arthur.p.assis.arthur@gmail.com

² Kléber Rogério Andolfato. Orientador da pesquisa. Coordenador e Docente do Curso de Fisioterapia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – PR. 2020. Contato: kleber.andolfato@fap.com.br

Existem várias desordens no joelho porém a mais comum é a síndrome da dor patelofemoral (SDPF). Ela ocorre principalmente na população mais ativa fisicamente, como adultos jovens e adolescentes, podendo ocorrer também na população mais idosa devido ao desgaste da articulação do joelho, sua maior frequência se dá em mulheres, devido a diferença estrutural ao homem. A mulher apresenta uma pelve mais larga, força muscular reduzida e a lassidão ligamentar promovida pelo hormônio relaxina.

OBJETIVO

Descrever o tratamento mais eficaz para reabilitação da Síndrome da Dor Patelofemoral.

MÉTODO

Uma pesquisa de revisão bibliográfica por meio de busca em base de dados online, onde foram encontrados no total 26 artigos. Sendo que destes 26 artigos somente 7 deles se enquadravam dentro dos critérios de inclusão. Destes artigos foram retirados os dados necessários para a realização do estudo.

RESULTADOS

A análise dos artigos proporcionou as informações e dados procuradas pelo estudo. A análise dos artigos possibilitou a obtenção dos conhecimentos referentes ao trabalho do fisioterapeuta no atendimento a Síndrome da Dor Patelofemoral, está uma importante disfunção no joelho. O objetivo principal deste trabalho visava descrever o tratamento mais eficaz para a reabilitação da Síndrome da Dor Patelofemoral.

O comprometimento da musculatura do joelho, tanto proximal, quanto distal, anterior e posterior pode desencadear problemas levando ao desenvolvimento da Síndrome da Dor Patelofemoral. Esse comprometimento pode causar disfunções em outras regiões e em outros grupos musculares que realizam a movimentação e estabilização do membro e do corpo como um todo. A somatória destes problemas levam ao déficit motor e algias não somente na região da articulação do joelho, como também muscular e em outras articulações do membro afetado e até mesmo do membro contra-lateral devido as compensações que o indivíduo passa a realizar para poder realizar suas atividades de maneira mais próximas das normais.

CONCLUSÃO

A aplicação de técnicas de maneira isolada contribui para a reabilitação do paciente, porém elas acabam interferindo negativamente no tempo de recuperação do paciente, tornando o tempo estimado para reabilitação mais longo. A combinação de técnicas diferentes para um tratamento torna esse tempo muito mais curto.

Combinação de técnicas para o tratamento de diferentes objetivos proporcionam um tratamento mais eficaz, diminuindo o tempo de reabilitação do paciente, devolvendo-o para suas atividades cotidianas e desportivas o mais breve possível.

Contudo é necessário estudos mais profundos em relação a Síndrome da Dor Patelofemoral. Com a crescente evolução e descoberta de novas técnicas os resultados encontrados podem sofrer alterações significantes. É necessário um estudo constante relacionado a fisiopatologia da doença e da aplicabilidade das técnicas sobre ela.

REFERÊNCIAS

ACKLAND, T.R.; ELLIOTT, B.C; BLOOMFIELD. J. **Anatomia e biomecânica aplicadas no esporte**. 2ª edição. Editora Manole, 2011.

BESSA, S.S.; NOGUEIRA, M.S.; MENDONÇA, R.M.CA **eficácia da bandagem funcional na síndrome da dor femoropatelar**. .. Aleandro Geraldo alves. 21pg. Revisão de literatura – Centro universitário Montes Belos, GO, 2014. ISSN 18088597.

BOITRAGO, M.V. da S.; FERREIRA, C.H.R.D.. **Efetividade de um programa de Exercícios e treinamento neuromuscular para pacientes com Síndrome da dor Patelofemoral: ensaio clinico controlado**. Marcio Oliveira. 62pg. Intervenção – Faculdade de Ciências da educação e da Saúde, Brasília, DF. 2019.

CHAVES, D. de O.; ZANUTO, E.A.C.; CASTOLDI, R.C.. **Influência do exercício físico na Síndrome da dor Patelofemoral**. 10pg. Revisão de literatura – Universidade do Oeste Paulista, Presidente Prudente, SP, 2017. INSS 1484-6436.

COLICIGNO, P.R.C.; SACCHETTI, J.C.L; MORAES, C.A.; ARAUJO, A.B.**Atlas fotográfico de anatomia**. Editora Pearson, 2008.

FAVARINI, R.A. **Analise da eficácia do taping patelar associado a um programa de tratamento fisioterapêutico em indivíduos do sexo feminino com disfunção Patelofemoral**. Lygia Paccini Lustosa. 5pg. Intervenção – Unicentro Newton Paiva, Belo Horizonte, MG, 2007.

- FEHR, G.L.. **Efeito do exercício em cadeia cinética fechada no tratamento da Síndrome da dor Femoropatelar.** Valdecir Carlos Dionísio. 5pg. Intervenção – Universidade de Ribeirão Preto, Ribeirão Preto, SP, 2005.
- FILHO, J.S.B.; SOUZA, T.C.R.; SOUSA, L.C.. **Efetividade do conceito Mulligan na Síndrome da dor Patelofemoral.** Adroaldo Casa Junior. 24pg. Intervenção – Universidade Federal de Goiás, GO.
- FRUET, B.P.. **O fortalecimento do complexo pósterolateral do quadril em dores patelofemorais:** Revisão Bibliográfica – Alexandre Marek. 18pg. Revisão de Literatura – URI/IOT.
- GERMAIN, B.C. **Anatomia para o movimento:** Introdução à análise das técnicas corporais. Editora Manole, 2010.
- GOMES, G.C.B; LOPES, R.B.. **A eficácia da bandagem funcional em pacientes portadores de SDFP:** Revisão de literatura. Lenita Ferreira Caetana. 7pg. Revisão de literatura – Corpus et Scientia. Rio de Janeiro, RJ, 2015. ISSN 1981-6855.
- HAMILL, J.; KNUTZEN, K.M. **Bases biomecânicas do movimento humano.** 3ª edição. Editora Manole, 2012.
- HAUPENTBAL, A.. **Força e contato Patelofemoral como fundamentos biomecânicos para reabilitação da Síndrome Patelofemoral.** Daniela Pacheco dos Santos. 6pg. Revisão de Literatura - Fisioterapia em Movimento, Curitiba, v.19, n.4, p. 11-16, out./dez., 2006.
- HOPPENFELD, S. **Exame clínico musculoesquelético.** Editora Manole, 2016.
- JONES, J.A.S. **Exercício e movimento:** Abordagem anatômica. Editora Manole, 2015.
- JUNIOR, J.J.R.. **Abordagem fisioterapêutica na Síndrome da dor Femoropatelar.** Alessandra Garcia Hanf. 11pg. Revisão de literatura – Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva, Itapeva, SP, 2016.
- LOPES, Y.K.M.; ALVES, M.A.O.. **Utilização de exercícios em cadeia cinética aberta e fechada na disfunção femoropatelar por fisioterapeutas da cidade de Recife.** Renata Soraya Coutinho da Costa. 11pg. Pesquisa de Campo – Faculdade Redentor, Itaperuna, RJ, 2013.
- MAGEE, D.J.; ZACHAZEWSKI, J.E.; QUILLEN, W.S. **Prática da reabilitação musculoesquelética:** Princípios e fundamentos Científicos. Editora Manole, 2013.
- MARTINS, J.V.C.; PESTANA, T.S.; PULZATTO, F.. **Abordagem fisioterapêutica na síndrome de dor femoropatelar:** Revisão sistemática da literatura. Andreia Moreira De Souza Mitidieri. 14pg. Revisão de literatura – Centro Universitário Toledo, Araçatuba, São Paulo, SP, 2018.
- MOUREN, S.C.. **Eficácia da aplicação do taping em pacientes com síndrome femoro patelar:** uma revisão bibliográfica. Mariana Cervaens. 18pg. Revisão de Literatura – Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal, 2017.
- NAKAGAWA, T.H.; MUNIZ, T.B.; BALDON, R.M.. **A Abordagem funcional dos músculos do quadril no tratamento da síndrome da dor femoro-patelar.** Fabio

Viadanna Serrão. 8pg. Revisão de literatura - Universidade federal de São Carlos. São Carlos, SP, 2007.

NELSON, A.G.; KOKKONEN, J. **Anatomia do alongamento**. Editora Manole,2007.

NOVAES, P.S.. **Efeitos do fortalecimento muscular em indivíduos com dor anterior na articulação do joelho**: Revisão sistemática. Giovanna Mendes Amaral. 24pg. Revisão de Literatura – Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional/UFMG, Belo Horizonte, MG, 2015.

OLIVEIRA, A. do P.. **O benefício da fisioterapia na disfunção patelo-femoral**. Dayana Priscila Maia Mejia. 12pg. Revisão de Literatura – Faculdade Cambury, Goiânia, GO.

PASSIGATTI, B.A.. **Efeitos do taping patelar no tratamento da dor em indivíduos com Síndrome femoropatelar**: Uma revisão de literatura. Guilherme Ribeiro Branco. 14pg. Revisão de Literatura – Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional/UFMG, Belo Horizonte, MG, 2015.

PETERSEN, C.M. **Testes de movimentos**: Ativos e Passivos. Editora Manole, 2003.

PRETTI, C.F.. **Tratamento fisioterapêutico de disfunção femoropatelar**. Ana Claudia Bonome Salete. 4pg. Intervenção – Universidade Estadual Paulista, Marília, SP, 2007.

RODRIGUES, H.L. das N. **Efeito de dois protocolos de fortalecimento para os membros inferiores em pacientes com dor Patelofemoral**: Ensaio clínico aleatorizado. Gabriel Peixoto Leão Almeida. 14pg. Intervenção – Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, CE.

SAMULSKI, D; MENZEL, H.J.; PRADO, L.S. **Treinamento esportivo**. Editora Manole,2013.

SANTOS, H.M.. **A influência muscular no tratamento da Síndrome da dor Patelofemoral**. Caroline Teixeira Graf Nunes. 11pg. Revisão de literatura – Universidade de Guarulhos, Guarulhos, SP, 2017. ISSN 1982-3282.

SILVA, A.K. da.. **Tratamento cinesioterapêutico nas alterações em pacientes portadores da Síndrome da dor Patelofemoral**. Dayana Priscila Maia Mejia. 20pg. Revisão de Literatura – Faculdade FAIPE.

SILVA, D.C, da.; ALMEIDA, M.G. de.. **Influência em um protocolo de exercícios de abdução de quadril sobre a ativação muscular em indivíduos com a Síndrome da dor femoro patelar**. Kelly Monica Marinho E. Lima. 34pg. Intervenção – Universidade Federal de Santa Catarina, Araranguá, SC, 2018.

SILVA, M.C. da.. **Revisão sobre os exercícios de treinamento de força aplicados em pessoas com Síndrome da dor Patelofemoral**. Ricardo Luiz Carneiro. 34pg. Revisão de Literatura – Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional, Universidade federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, MG, 2014.

SILVA, M.M.; LIMA, N.A.; RAMOS, I.F.. **A intervenção do tratamento fisioterápico na reabilitação da instabilidade patelofemoral e luxação patelar**: Um estudo de caso. Josiane Moreira Germano. 17pg. Intervenção – Instituto de Ensino Superior de Londrina, Londrina,PR, 2016.