

RESULTADOS DE UM PROTOCOLO DE TRATAMENTO EM INDIVÍDUOS COM ALTERAÇÕES DEGENERATIVAS DO JOELHO

Guilherme Colombo
Shadi Ezz El Din Habib
CECOM-CSS-Reitoria/UNICAMP
E-mail: guilhermecolombo@unicamp.br

Resumo: A osteoartrose é uma das doenças reumáticas mais prevalentes, caracterizada pela presença de dor, rigidez articular, deformidade e progressiva perda da função. Apresenta uma incidência bastante elevada, acometendo um grande percentual dos segurados da Previdência Social que recebem auxílio-doença no Brasil. O objetivo foi avaliar a diminuição da dor e a melhora da função do joelho nas atividades de vida diária em indivíduos com alterações degenerativas da articulação do joelho. Foram selecionados 5 indivíduos que frequentaram a Escola do Joelho do Programa Mexa-se de convivência e atividade física da Unicamp/Centro de Saúde da Comunidade da UNICAMP, sendo que eles foram submetidos a um protocolo de exercícios de aquecimento, alongamento, fortalecimento e equilíbrio. Foi utilizado como critério de avaliação pré e pós-protocolo o questionário de escala de atividade de vida diária (ADLS) e escala numérica de dor. Ao final do programa foram observadas melhoras na média dos valores do nível de atividade de vida diária antes ($46,22 \pm 22,88$) e ao final do protocolo ($56,80 \pm 27,00$). A percepção do indivíduo em relação à função do joelho também apresentou melhora dos valores médios pré ($58,00 \pm 27,75$) e pós-protocolo ($70,00 \pm 14,14$). Também ocorreu uma diminuição na média do nível de dor pré ($5,80 \pm 2,77$) em relação ao nível de dor pós-protocolo ($4,40 \pm 2,88$). Conclui-se que o protocolo de tratamento promoveu melhora do nível de dor e função do joelho nas atividades de vida diária na amostra estudada, no entanto, sugere-se aplicação do protocolo em uma amostra maior para verificar o real impacto em indivíduos com osteoartrose do joelho.

Palavras-chave: Atividades cotidianas. Medição da dor. Osteoartrite do joelho