

AVALIAÇÃO DA DOR DO PACIENTE QUE APRESENTA OSTEOARTROSE DE JOELHO UTILIZANDO COMO RECURSO TERAPÊUTICO A HIDROTERAPIA

Rosa, Flávia Saraiva¹; Carvalho, Nayara Maria R. de¹; Mine, Marcela Akiko¹; Silva, Adriana Teresa².

A hidroterapia é um recurso fisioterapêutico que usa a água como terapia, é a união dos exercícios aquáticos com a terapia física e uma modalidade de tratamento para uma grande variedade de patologias. A osteoartrose é a doença reumática mais comum, que se caracteriza pela perda progressiva da cartilagem articular e alterações reativas às margens das articulações e do osso subcondral. Essa doença é bastante comum, lentamente progressiva, afetando indivíduos a partir da meia-idade, sendo o joelho a articulação mais acometida e a dor é o principal sintoma da doença. Algumas vezes a dor e a rigidez passam a ser incapacitantes após períodos de repouso prolongados levando a uma piora na qualidade de vida do paciente. A imersão em água aquecida tem efeitos positivos na dor, edema, espasmo muscular, articulações e marcha, já que a imersão diminui o edema, relaxa músculos e articulações, exigindo mínimo esforço para pequenas contrações e/ou movimentos articulares. A analgesia se dá devido a uma diminuição da sensação da fibra de dor durante a imersão na água. Ocorre um bombardeamento do estímulo sensorial pela água aquecida, que viaja através de fibras que são mais largas, rápidas e têm uma maior condutividade que as fibras de dor. Os estímulos sensoriais causados pela pressão hidrostática competem com o estímulo doloroso e assim a percepção da dor pelo indivíduo fica “enganada”, de acordo com a teoria das comportas descrita por Melzack e Wall (1965). A partir disso, foram selecionados 10 pacientes diagnosticados com osteoartrose de joelho, com idade entre 55-65 anos. O protocolo utilizado na piscina para o tratamento dos pacientes inclui: 1)- aquecimento com caminhadas lentas na água para frente, para trás e para os lados; 2)- alongamento dos principais músculos das cadeias anterior, posterior e lateral; 3)- massagem aquática para alívio de dor utilizando a turbulência da água; 4)- relaxamento com caminhadas lentas em ritmo de músicas relaxantes. Os pacientes estão sendo tratados três vezes por semana em sessões com duração de 50 minutos na piscina da clínica de fisioterapia do HUAV. Para quantificar a dor, está sendo utilizada uma escala análoga visual, onde os pacientes classificam sua dor de 0 a 10, sendo 0- ausência de dor e 10- dor insuportável. Em média, o índice de dor no início da sessão é igual a 6 e ao final mostra-se reduzido, sendo sua média igual a 2. O resultado parcial obtido com o uso deste protocolo foi a diminuição da dor na articulação do joelho em 100% dos pacientes. Conclui-se então, que a hidroterapia tem se mostrado eficiente no alívio da dor em pacientes portadores de osteoartrose de joelho.

Palavras-chaves: 1) Osteoartrose de joelho 2) Hidroterapia 3) Alívio da dor

¹ Acadêmicas do curso de Fisioterapia – 10º Período

² Orientadora – Faculdade de Fisioterapia

Fonte financiadora: Sem fonte