

AVALIAÇÃO E ATENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA EM INDIVÍDUOS COM OSTEOARTRITE DE JOELHO

Saúde

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

**WEINGARTNER, B. L.¹; DOTTO, T. C.²; BISCARO, L. D.³; SILVA, L. A. P.⁴;
ROCHEDO, I. E.⁵; SILVA⁶, A. C. V.; LIMA, K. M. M.⁷**

RESUMO

A osteoartrite (OA) é uma doença articular degenerativa e inflamatória, levando a um quadro algíco muitas vezes incapacitante. Este trabalho tem como objetivo relatar as ações realizadas no projeto "Abordagem fisioterapêutica de indivíduos com osteoartrite do joelho no município de Araranguá (SC)". A metodologia incluiu a determinação de critérios de inclusão e exclusão, aplicação da avaliação para caracterização dos participantes por meio do questionário WOMAC, escala de dor e teste funcional. Os atendimentos de fisioterapia foram executados de forma presencial, duas vezes na semana, por 50 minutos, em ambiente ambulatorial, conveniado à UFSC. Quatro pacientes foram incluídos no projeto. A abordagem consistiu em exercícios terapêuticos e educação aos participantes. O projeto tem contribuído para formação acadêmica, melhora da qualidade de vida dos participantes e aproximação da universidade com a comunidade de Araranguá (SC).

Palavra-chave: fisioterapia; avaliação funcional; osteoartrite do joelho.

1 INTRODUÇÃO

A osteoartrite (OA) é uma doença articular degenerativa e inflamatória, levando a um quadro algíco muitas vezes incapacitante o qual gera um impacto funcional e na qualidade de vida (FERREIRA et al., 2018). Apresenta-se prevalente em indivíduos com mais de 60 anos, principalmente mulheres,

¹ Bruna Letícia Weingartner, aluno [Fisioterapia].

² Tais Cremer Dotto, aluno [Fisioterapia].

³ Letícia Dias Biscaro, aluno [Fisioterapia].

⁴ Luiz André Silva Prange, aluno [Fisioterapia].

⁵ Isabella Evangelista Rochedo, aluno [Fisioterapia].

⁶ Aline Cardozo Virginio da Silva, aluno [Fisioterapia].

⁷ Kelly Mônica Marinho e Lima, servidor docente [Coordenador].

afetando de 10 a 20% da população mundial (PEREIRA et al., 2011) e 30 a 40% das consultas em ambulatórios de Reumatologia no Brasil com 7,5% dos afastamentos do trabalho (Sociedade Brasileira de Reumatologia, 2019).

Em relação ao manejo clínico da OA, recomenda-se a prática de exercícios, pois melhoram os sintomas e qualidade de vida dos acometidos (GOH et al., 2019) e representam uma estratégia de tratamento saudável, de baixos custo e de incentivo ao auto tratamento (FERREIRA et al., 2018). Os benefícios terapêuticos envolvem a melhora da função muscular, da propriocepção, do equilíbrio, da flexibilidade, da coordenação, além do impacto psicossocial como redução dos níveis de ansiedade e depressão (BROUSSEAU et al., 2017)

O Projeto "Abordagem fisioterapêutica de indivíduos com osteoartrite do joelho no município de Araranguá (SC)" pertence à Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) e foi criado em 2018 na modalidade remota devido ao cenário pandêmico. Atualmente está sendo praticado de forma presencial por acadêmicos do curso de fisioterapia. O público-alvo do projeto envolve pacientes com OA de joelho residentes em Araranguá, os quais constituem aproximadamente 10% da demanda de atendimentos da cidade. Este trabalho tem como objetivo relatar o estado funcional dos pacientes atendidos bem como as atividades realizadas pelo projeto.

2 METODOLOGIA

As atividades presenciais do projeto iniciaram em 13 de maio de 2022 e encontram-se em andamento. Os critérios de inclusão para participação do projeto são: o diagnóstico de OA de joelho, apresentar cognitivo preservado e condições clínicas estáveis, encaminhamento médico, residir em Araranguá (SC) e compatibilidade de horários. Foram excluídos os pacientes que apresentassem bandeiras vermelhas clínicas e relacionadas a OA e pós-operatórios de artroplastia de joelho. O público alvo envolve pacientes de ambos os sexos, com idade acima de 38 anos, com diagnóstico clínico de OA de joelho.

Os atendimentos são realizados na Clínica Municipal de Araranguá, em parceria com a universidade, duas vezes na semana, com duração de 50 minutos. As sessões são conduzidas por alunos das fases intermediárias e avançadas do curso de fisioterapia da UFSC, supervisionados pela coordenadora do projeto.

As atividades desenvolvidas com os pacientes são: avaliação, atendimento e educação em saúde. A avaliação dos pacientes é feita com um “olhar” mais funcional a fim de determinar aqueles pacientes que apresentam maior propensão a sofrer incapacidade funcional. A escala e testes/questionários funcionais aplicados são:

- 1) **Dor:** avaliada pela Escala Visual Analógica (EVA). É uma escala ordinal de avaliação subjetiva, classificada em escala numérica de 0 a 10, onde 0 representa a menor dor referida e 10 a maior dor já experimentada.
- 2) **Teste de sentar e levantar:** os participantes sentam em uma cadeira com os pés apoiados no chão e com os braços na lateral do tronco. A partir dessa posição, devem sentar e levantar por 30 segundos sem a ajuda das mãos e o número de repetições será contado (GURALNIK et al., 1995).
- 3) **WOMAC:** é um questionário multidimensional traduzido e validado, utilizado para avaliar dor, rigidez, e função física em pacientes com OA de quadril ou joelho. A pontuação do questionário representa em relação aos domínios analisados: nenhuma=0 (melhor estado), pouca: 25, moderada: 50, intensa: 75, muito intensa: 100 (pior estado). A variável analisada é a incapacidade funcional (FERNANDES, 2003).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Desde o início das atividades presenciais do projeto, quatro pacientes têm participado. As características dos pacientes e seu nível de funcionalidade são apresentadas na Tabela 1.

Tabela 1 - Características dos pacientes, sintomas e teste/questionário funcionais

Nome	Sexo	Idade (anos)	IMC (Kg/cm ²)	Lado acometido	EVA	Sentar e Levantar (repetições)	WOMAC (pontos)
JRS	M	65	37,10	Bilateral	5	6	48
LB	F	72	24,04	Bilateral	1	8	26,3
GP	F	79	28,7	Unilateral	4	10	30,2
DMMF	F	41	30,8	Unilateral	6	14	18,75

Legenda: masculino (M), feminino (F), Índice de Massa Corpórea (IMC), Escala Visual Analógica de dor (EVA), *Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index* (WOMAC)

Os atendimentos fisioterapêuticos compreendem tratamento individualizado de acordo com o nível funcional e de evidência científica. Considerando os pacientes do projeto, observa-se predominância do sexo feminino, idosos, IMC elevado (sobrepeso), sintomáticos e com déficit funcional.

As atividades envolvidas na prevenção de agravos e melhora dos sintomas e função compreendem a aplicação de: recursos físicos terapêuticos, liberação miofascial, mobilização passiva, ativo-assistida e ativa, exercícios aeróbicos e de resistência/força muscular e treino funcional. Os materiais usados são halteres, caneleiras, bolas suíças, tatames e aparelhos de recursos físicos (se necessário).

A educação em saúde aborda assuntos com as seguintes temáticas: 1) O que é osteoartrite; 2) Alimentação saudável; 3) Cuidados ergonômicos e adaptações do ambiente; 4) Utilização de órteses e dispositivos auxiliares; 5) Manejo da dor; 6) Manutenção e progressão de exercícios domiciliares; 7) Fatores bio-psico-sociais.

Além disso, uma página do projeto foi criada nas redes sociais (@fisiooa.ufsc) para possibilitar divulgação de informações científicas principalmente aos graduandos de fisioterapia, despertando o interesse à atuação fisioterapêutica e à participação nos projetos de extensão.

A atividade de extensão tem contribuído para a formação acadêmica e futura carreira profissional dos estudantes envolvidos, visto que o projeto oportuniza experiências enriquecedoras, únicas e desafiadoras, como aprendizado de como abordar um paciente, filtrar e captar informações importantes durante a avaliação fisioterapêutica, desenvolver raciocínio clínico, e criatividade para o planejamento dos exercícios com os materiais disponíveis. Considerando que o aluno do curso tem contato com o paciente apenas no último ano da graduação, o projeto possibilita uma experiência prévia de como é a atuação prática do fisioterapeuta. Além disso, contribui para redução da demanda de atendimentos na cidade bem como na melhora da qualidade de vida dos pacientes.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A avaliação sintomática e funcional dos participantes do projeto permitiu estabelecer o perfil dos pacientes para direcionar estratégias de atendimento e

verificação das necessidades desta população. Espera-se que as condutas realizadas produzam controle dos sintomas e melhora da qualidade de vida dos participantes. O projeto tem contribuído para formação acadêmica e aproximação da universidade com a comunidade de Araranguá (SC).

REFERÊNCIAS

BROSSEAU, L., TAKI, J., DESJARDINS, B., et al. The Ottawa panel clinical practice guidelines for the management of knee osteoarthritis. Part three: aerobic exercise programs. **Clin Rehabil.**, v. 31, n. 5, p. 612-624, 2017.

FERNANDES, M.I. Tradução e validação do questionário de qualidade de vida específico para osteoartrose WOMAC (Western Ontario McMaster Universities) para a língua portuguesa [tese]. **São Paulo: Escola Paulista de Medicina da Universidade Federal de São Paulo**; 2003.

FERREIRA, R.M., DUARTE, J.A., GONÇALVES, R.S. Non-pharmacological and non-surgical interventions to manage patients with knee osteoarthritis: an umbrella review. **Acta Reumatol Port**, v.43, p.182-200, 2018.

GOH, S., PERSSON, M.S.M., STOCKS, J., et al. Efficacy and potential determinants of exercise therapy in knee and hip osteoarthritis: A systematic review and meta-analysis. **Annals of Physical and Rehabilitation Medicine**, v. 62, p. 356–365, 2019.

GURALNIK, J.M., FERRUCI, L., SIMONSICK, E.M., et al. Lower-extremity function in persons over the age of 70 years as a predictor of subsequent disability. **N Eng J Med**, v.332, n.9, p.556-561,1995.

PEREIRA, D., PELETEIRO, B., ARAÚJO, J., et al. The effect of osteoarthritis definition on prevalence and incidence estimates: a systematic review. **Osteoarthritis Cartilage**, v.19, p.1270–85, 2011.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE REUMATOLOGIA. Disponível em www.reumatologia.org.br.