

EFEITO DO ULTRASSOM PLACEBO ASSOCIADO A EXERCÍCIOS ISOMÉTRICOS EM PACIENTES COM OSTEOARTRITE DE JOELHOS (APOIO UNIP)

Aluna: Bruna Pires Duarte

Orientadora: Profa. Dra. Patrícia Pereira Alfredo

Curso: Fisioterapia

Campus: Anchieta

O objetivo deste estudo foi verificar quais são os efeitos do ultrassom placebo associado a exercícios isométricos em pacientes com osteoartrite (OA) de joelho. Participaram do estudo 20 pacientes entre 50 e 75 anos, com OA de joelho grau 2-4, avaliados antes e após o tratamento em relação à Qualidade de vida (WOMAC), Funcionalidade (Questionário Lequesne), Dor (Escala Analógica Visual – EVA), Amplitude de movimento (Goniômetro) e Mobilidade (*Time get up and go* – TUG). A intervenção foi realizada três vezes por semana, durante 2 meses; no primeiro mês foi aplicado o ultrassom placebo (Frequência de 1 MHz, modo contínuo 100%, tempo de aplicação 5 minutos no lado medial e 5 minutos no lado lateral do joelho e com a intensidade de 0 w/cm²,) e no segundo mês o ultrassom placebo foi associado aos exercícios isométricos que respeitaram a limitação de cada paciente. O programa foi realizado da seguinte forma: 10 minutos de aquecimento (esteira ou bicicleta ergométrica); para cada exercício: 2x15 por perna; 5 minutos de alongamento (isquiotibiais, quadríceps, adutores do quadril e tríceps sural). Após a segunda avaliação, os dados mostraram que houve melhora significativa nas variáveis dor durante as AVDs em joelho direito ($p < 0,001$), dor durante as AVDs em joelho esquerdo ($p < 0,001$), dor durante o repouso em joelho esquerdo ($p < 0,001$), mobilidade ($p < 0,001$), todas as variáveis da WOMAC ($p < 0,001$) e funcionalidade ($p < 0,001$). Portanto, o ultrassom placebo associado a exercícios isométricos é efetivo na diminuição da dor durante as AVDs e durante o repouso, na melhora da qualidade de vida e da funcionalidade de pacientes com osteoartrite de joelhos.