

IMPORTÂNCIA DA FUNCIONALIDADE EM PACIENTES COM OSTEOARTRITE

Mayara Furtado Silva Bezerra ¹
Danielle Silva de Meireles ²
Ivamessia Lima Gomes Medeiros ³
Cícera Daniel Patrícia Montenegro ⁴

INTRODUÇÃO

Estima-se que em 2060 o Brasil terá uma média de 73,5 milhões de idosos. Consequentemente, o número de doenças crônicas degenerativas poderá aumentar de forma considerável¹.

Durante o processo de envelhecimento, podemos observar diversas mudanças fisiológicas, como, por exemplo, o desgaste articular, conhecido como “osteoartrite”.

A osteoartrite, antigamente conceituada como uma doença degenerativa, progressiva, sem perspectiva de tratamento, atualmente é definida pela insuficiência de cartilagem articular, com etiologia multifatorial, que causa mudanças no alinhamento osteoarticular, gerando instabilidade. Vale ressaltar que essa doença atinge 16% da população brasileira, preferencialmente do sexo feminino².

Os portadores de osteoartrite sofrem um grave problema de funcionalidade, que é a incapacidade de gerir a própria vida ou cuidar de si mesmo com autonomia. Esta atividade de vida diária, pode ser classificada de duas formas: a) atividades básicas de vida diária (ABVDs) e b) as instrumentais de vida diária (AIVDs), sendo a primeira as funções de higiene pessoal e a segunda as funções da rotina de vida^{3,4}.

Para os idosos acometidos pela osteoartrite, a funcionalidade é uma ótima abordagem a ser utilizada, pois ela trabalha com orientações posturais e exercícios terapêuticos, os quais trazem benefícios como o ganho de força muscular, o aumento do espaço articular, a amplitude de movimento e melhor qualidade de vida, que são extremamente necessários para idosos diagnosticados pela doença⁵.

¹ Especializanda do Curso de Gerontologia da Excelencia Cursos mayarafurtado.jp@gmail.com;

² Pós Graduada pelo Curso de Gerontologia da Excelencia Cursos, ivalimagomes@gmail.com;

³ Mestre do Curso de Gerontologia da Universidade Federal -PB daniellesmeireles@hotmail.com;

⁴ Professor orientador: Mestre, Universidade Federal – PB pmmontenegro9@gmail.com;

Diante da grande demanda de idosos com osteoartrite, que realizam tratamento apenas medicamentoso, notou-se a necessidade de abordar a importância da funcionalidade nos idosos, a partir da prática da fisioterapia.

A questão que norteou o estudo foi: qual a importância da funcionalidade em pacientes idosos com osteoartrite?

Sendo assim, o objetivo do presente estudo é verificar a importância da funcionalidade em idosos com osteoartrite.

Pretende-se, portanto, contribuir para o campo teórico, social e prático do envelhecimento saudável no contexto de idosos com osteoartrite. A contribuição teórica da presente pesquisa consistirá na consolidação do campo de estudo sobre a funcionalidade em pacientes portadores de osteoartrite, através da revisão de literatura e da discussão de diversos conceitos práticos sobre o tema.

Já no campo social este estudo se traduz em possíveis implicações para o fortalecimento do envelhecimento saudável da população idosa, trazendo para este público a possibilidade de praticar os atos básicos da vida de forma independente. No campo prático esta pesquisa contribuirá em nível de conhecimento para acadêmicos, profissionais, familiares e demais pessoas interessadas pela temática da gerontologia, especialmente do envelhecimento saudável.

Logo, a presente pesquisa se justifica pela necessidade de disseminar a informação para os pacientes, seus familiares e profissionais de saúde, mostrando que o paciente com diagnóstico de osteoartrite pode realizar movimentos do dia a dia sem dor, podendo melhorar a qualidade de vida, aliando as práticas da fisioterapia (terapia manual e exercícios terapêuticos) com o tratamento medicamentoso.

METODOLOGIA

Possui uma abordagem qualitativa, no qual o significado é atribuído pelo pesquisador, dada a realidade em que os fenômenos estão inseridos. Ainda, se classifica como descritiva, visto que descreve todas as etapas do estudo, qual seja o relato de experiência, que mostra a prática profissional de fisioterapia com um paciente portador de osteoartrite⁶.

Vivenciado no consultório localizado na Policlínica São Luiz em João Pessoa/PB, o presente relato de experiência ocorreu no período de 29/09/2020 a 27/10/2020, com um paciente idoso de 79 anos, portador de osteoartrite.

Os encontros aconteciam duas vezes por semana e o atendimento durava em torno de 45 minutos, eram realizadas técnicas do conceito *Maitland* e *Mulligan*, como também exercícios terapêuticos da cinesioterapia indicados para o quadro clínico. A análise do tratamento se deu de forma contínua até a última sessão do tratamento.

A revisão da literatura foi respaldada através de artigos indexados na base de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando as seguintes palavras-chave “osteoartrite”, “funcionalidade” e “idoso”, com o recorte temporal de 2015 a 2020. Foram incluídos apenas artigos originais, que tinham o assunto principal relacionado às palavras chave do presente estudo.

Foram excluídos os artigos duplicados e que não atenderam ao objeto de estudo. A coleta dos dados foi feita através da ficha de avaliação e evolução do paciente durante o atendimento, devidamente autorizada por escrito pelo paciente.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O *locus* da pesquisa foi a Policlínica São Luiz, que está localizada na cidade de João Pessoa/PB e oferta serviços de saúde através de profissionais de várias especialidades (médicos, enfermeiros, nutricionistas, fisioterapeutas etc.), com atendimentos à população com preços acessíveis. Cumpre informar que a pesquisadora presta seus serviços de fisioterapia na sede da mesma desde março de 2019, na qual surgiu a oportunidade em avaliar o presente caso estudado.

Relato de caso: Homem, 79 anos, aposentado, apresentando diagnóstico de osteoartrite de quadril. Durante a avaliação foi observado que o paciente se queixava de dor intermitente. Para avaliação da dor, existe uma escala visual analógica (EVA) quantitativa correlacionando-a com a dor, sabendo que quanto maior o número, maior é a dor. No caso em questão, a classificação foi de EVA= 8 no quadril ao caminhar; melhorando com o movimento e piorando com o excesso de movimento.

O mecanismo lesional ocorreu em decorrência de muitos anos trabalhando em pé e à falta de exercício físico. Na sequência da avaliação, foi observada uma rigidez nos músculos paravertebrais, diminuição da mobilidade articular do quadril, fraqueza muscular e uma leve inflamação na articulação.

Na avaliação da articulação sacro ilíaca foi possível identificar que o ilíaco direito estava em anteriorização, apresentando melhora quando realizava o glide posterior. A

articulação sacrococcígea também estava sem mobilidade. Quando se trata dos testes ortopédicos, apresentou positivo para o teste mobilização Faber.

Foram realizadas dez sessões com uso de técnicas do Conceito *Mulligan* e *Maitland* (terapia manual), além da técnica glide posterior e liberação de *Jonnes*, com objetivo de mobilizar a articulação e manter em movimento, conseqüentemente sem dor.

No decorrer de cada sessão, o paciente já alcançava as metas propostas e, aos poucos, foi conseguindo evoluir para os exercícios musculares para ganho de força, resistência, mobilidade e realização das atividades de vida diária.

Fisioterapia em pacientes com osteoartrite

Conforme afirmam Rezende, Campos e Pailo⁷, as diretrizes nacionais e internacionais desenvolveram protocolos entre médicos e profissionais da saúde para identificar o melhor tratamento para pacientes com osteoartrite de joelho e quadril.

No Brasil, a Sociedade Brasileira de Reumatologia (SBR) formulou no ano de 2003 um consenso de tratamento para a osteoartrite. Com isso, observou-se que o melhor tratamento é a combinação de medidas farmacológicas e não farmacológicas.

Nos casos de pacientes sintomáticos, compete à fisioterapia a avaliação e determinação do tratamento ideal dos pacientes, isso demonstra a importância da prática fisioterapêutica e corrobora com o objetivo desta pesquisa. Logo, esta conduta contribui para uma avaliação detalhada, utilizando testes e escalas para identificar qual a causa da dor, com objetivo de melhorar a qualidade de vida.

Vale salientar que Yamada et al¹¹ defendem que a fisioterapia atua na reabilitação de pacientes portadores de osteoartrite, com auxílio de recursos terapêuticos e com os objetivos de diminuir a dor, trabalhar a mobilidade e o fortalecimento muscular, conseqüentemente melhorando a qualidade de vida.

No tratamento são utilizadas técnicas com uso da terapia manual e exercícios terapêuticos direcionados para a causa do problema. No caso de pacientes com osteoartrite, destaca-se a necessidade de indicação para tratamento no fortalecimento de quadríceps, ísquio tibiais, tríceps Sural. Dessa forma, há uma melhora no sintoma da dor,

proporcionando alguns benefícios, como conseguir realizar o agachamento, subir e descer escadas, realizar atividades de vida diária sem dor, dentre outras.

Amorim, Rossete e Braga¹² entendem que a terapia manual é benéfica porque alivia as dores e aumenta a mobilidade articular. São utilizadas técnicas com tração e movimento, liberação muscular, bem como mobilizações passivas com objetivo de aumentar o espaço articular e devolver a função de cada estrutura trabalhada.

Estes exercícios fisioterapêuticos devem ser feitos no mínimo duas vezes por semana para que o paciente obtenha o resultado esperado, já que sempre enfrentará alterações dos movimentos durante o dia a dia.

Funcionalidade em pacientes idosos com osteoartrite

Yamada et al¹¹ defendem que os exercícios para o idoso na fisioterapia diminuem a progressão da osteoartrite e hidrata a articulação, melhorando sua função.

Os exercícios aeróbicos e de fortalecimento são muito utilizados porque melhoram a função, sendo indicados tanto na prevenção, quanto na reabilitação da doença. Os exercícios da marcha e de equilíbrio trabalham a mobilidade articular, coordenação e resistência muscular¹¹.

No caso avaliado, foi possível notar a evolução do paciente idoso portador de osteoartrite, que, a partir da prática fisioterapêutica, garantiu melhora significativa em sua qualidade de vida. Portanto, o tratamento em questão evidenciou a importância da funcionalidade em pacientes idosos com esta doença.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi observado que este diagnóstico acomete muitos idosos em suas articulações de joelhos e quadril, afetando suas funcionalidades e dificultando atividades como o sentar, levantar, caminhar rápido para resolver algum problema doméstico, dentre outros.

Ainda, fora identificada a importância dos exercícios terapêuticos acompanhados da terapia manual, que juntos conseguem reabilitar o paciente idoso, garantindo-lhes uma qualidade de vida.

Finalizado este estudo afirmando a minha satisfação em poder trabalhar na policlínica São Luiz, pois neste ambiente possuo a oportunidade de aplicar na prática as

técnicas da fisioterapia em idosos e, por sua vez, vivenciar a felicidade destes pacientes sendo reabilitados com o movimento.

Por fim, destaco que ainda há necessidade da realização de mais estudos sobre o tema, para que este seja cada vez mais disseminado e aprofundado, permitindo a melhora da qualidade de vida da população idosa.

Palavras-chave: Osteoartrite. Funcionalidade. Idoso.

REFERÊNCIAS

1. KOBAYASI DY, RODRIGUES RAP, FHON JRS, SILVA LM, SOUZA AC, CHAYMITI EMPC. Sobrecarga, rede de apoio social e estresse emocional do cuidador do idoso. *Av. Enferm.* 2019; 37(2): 140- 148.
2. BENTES RN, BOSSINI ES. Efeitos da mobilização com movimento em associação ao tratamento Fisioterapêutico sobre a qualidade de vida na osteoartrose de Joelho. *Fisioter. Bras.* 2018; 19(3): 272-81.
3. PEREIRA EEB, SOUZA ABF, CARNEIRO SR, SARGES ESNF. Funcionalidade global de idosos hospitalizados. *Geriatr.Gerontol.* 2014; 17(2): 165-176.
4. LOPES GL, SANTOS MIPO. Funcionalidade de idosos cadastrados em uma unidade da Estratégia Saúde da Família segundo categorias da Classificação Internacional de Funcionalidade. *Geriatr. Gerontol.* 2015; 18(1): 71-83.
5. JORGE MSG, ZANIN C, KNOB B, COMIN JDP, MOREIRA I, WIBERLINGER LM. Efeitos da cinesioterapia na osteoartrite de joelho em idosos: revisão sistemática. *ConScientiae Saúde.* 2018; 17(1): 93-100.
6. THESAURUS. Metodologia da Pesquisa Científica: teoria e prática- Como elaborar TCC. Brasília. 2016.
7. REZENDE UM, CAMPOS GC, PAILO AS. Conceitos atuais em Osteoartrite. *Acta Ortop Bras.* 2013; 21(2): 120-2.
8. SOUZA CS, BANDEIRAS LLB, CALADO VA, MUNDIN RN, GOTTGROY CL, NETO JDS. Análise das internações por osteoartrite em mulheres em idade menopausa. *Rev Soc Bras Clin Med.* 2018; 13(3): 152-6.
9. WIBELINGER LM. Fisioterapia em Reumatologia. 2 ed. Revinter. 2015.
10. PRESTES YA, LEÃO LF, LOPES HS, BARBOSA DGR, CAMPOS YLM. Cinesioterapia aplicada em crianças e adultos queimados: Uma revisão integrativa da literatura. *Rev. Bras. Queimaduras.* 2019; 18(1): 47-53.
11. YAMADA EF, MULLER FA, TEXEIRA LP, SILVA MD. Efeito dos exercícios de fortalecimento, de marcha e de equilíbrio no tratamento de osteoartrite de joelho. [Rev. bras. ciênc. Mov.](#) 2018; 26(3): 5-13.
12. AMORIM JSC, ROSSETTI MB, BRAGA NHM. Efeitos da terapia manual e eletroterapia na osteoartrite de joelho. *ConScientiae Saúde.* 2014; 13(1): 11-20.