

EFEITOS DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA EM PACIENTES COM DORES CRÔNICAS EM MEMBROS INFERIORES

AUTORES

Heglynn Ramos de Souza

EIXO TEMÁTICO

Reabilitação e Cuidados Paliativos

INSTITUIÇÃOCentro de Estudos e Pesquisas Dr. João Amorim (CEJAM),
UBS Jardim Comercial – São Paulo - SP, BRASIL

INTRODUÇÃO

A dor crônica em membros inferiores é uma condição prevalente que afeta a qualidade de vida e a funcionalidade dos indivíduos. A fisioterapia desempenha um papel crucial no manejo desses pacientes, utilizando intervenções que visam melhorar a força muscular, equilíbrio e controle sensório-motor. Este estudo investiga os efeitos de um programa de intervenção fisioterapêutica em pacientes com dores crônicas em membros inferiores, avaliando os resultados através do teste Time Up And Go (TUG) que classifica o desempenho funcional após o indivíduo levantar-se de uma cadeira, caminhar 3 metros em linha reta, retornar e sentar-se novamente na cadeira; bem como da Escala Visual Analógica da Dor (EVA) que avalia a intensidade da dor, onde 0 representa ausência desta e 10 representa a pior dor imaginável.

OBJETIVO

Avaliar os efeitos de um programa de intervenção fisioterapêutica em pacientes com dores crônicas em membros inferiores, através da análise dos parâmetros TUG e EVA.

MÉTODO

Este estudo foi conduzido ao longo de 12 semanas, envolvendo 35 pacientes com idade média de 61 anos. Os pacientes foram submetidos a um programa de intervenção fisioterapêutica uma vez por semana. O programa consistiu em exercícios de fortalecimento muscular para membros inferiores, incluindo abdutores e rotadores de quadril, extensores de joelho e flexores plantares, além de exercícios de equilíbrio e treino sensório-motor.

Antes e após as 12 semanas de intervenção, os pacientes foram submetidos a avaliações funcional e de dor. O teste Time Up And Go foi utilizado para medir o desempenho funcional, e a Escala Visual Analógica da Dor foi aplicada para avaliar a intensidade da dor.,

RESULTADOS

Observou-se uma melhora estatisticamente significativa no desempenho funcional dos pacientes, conforme demonstrado pela redução no tempo médio do teste Time Up And Go ($p < 0,05$). A média inicial de 9,36 segundos diminuiu para 8,69 segundos após a intervenção. Além disso, dos 6 pacientes que inicialmente apresentaram um tempo superior a 10 segundos no teste Time Up And Go, o que indica risco aumentado para quedas, após a intervenção 4 demonstraram valores abaixo de 10 segundos, tempo este considerado normal.

Em relação à dor, houve uma redução significativa na intensidade referida, conforme indicado pela EVA. A média inicial de 9 pontos, que indica dor intensa, diminuiu para 4 pontos, indicando dor moderada, após a intervenção ($p < 0,05$). O que sugere uma melhora substancial no controle da dor entre os participantes.

CONCLUSÃO

Este estudo demonstra que um programa de intervenção fisioterapêutica focado no fortalecimento muscular de membros inferiores, equilíbrio e treino sensório-motor é eficaz na melhoria do desempenho funcional e na redução da dor em pacientes com dores crônicas nesta região. Os resultados destacam a importância da fisioterapia como uma abordagem não farmacológica viável e eficaz no manejo desses sintomas, proporcionando melhor qualidade de vida e reduzindo o risco de quedas, especialmente em pacientes idosos.

Futuras pesquisas podem se concentrar em investigar os efeitos a longo prazo dessas intervenções, bem como explorar outros aspectos do tratamento fisioterapêutico que possam contribuir ainda mais para o bem-estar e qualidade de vida desses pacientes.