



## **TÉCNICAS FISIOTERAPÊUTICAS UTILIZADAS NO TRATAMENTO DA EPICONDILITE LATERAL**

Reapresentação do I Congresso Internacional De Fisioterapia Da Faculdade Dinâmica, 1ª edição, de 12/10/2020 a 17/10/2020  
ISBN dos Anais: 978-65-86861-18-1

**DUARTE; Bruno Henrique Lodi <sup>1</sup>, MARTINS; Flavia Medeiros <sup>2</sup>, CRUZ; André Bensemann da Costa <sup>3</sup>**

### **RESUMO**

A epicondilite lateral ou cotovelo de tenista é uma patologia que causa dor, limitação nas atividades cotidianas da vida do paciente e, caso não seja tratada, pode evoluir para um quadro crônico. A dor se inicia na região do epicôndilo lateral com incidência de 1% a 3% da sociedade e acomete, frequentemente, o tendão do músculo extensor radial curto do carpo. O objetivo do presente trabalho é relatar as técnicas fisioterapêuticas utilizadas no tratamento da epicondilite lateral em pacientes de ambos os sexos. Como critério de inclusão, foram selecionados artigos publicados nas línguas inglesa e portuguesa, publicados nos últimos 10 anos. Foram incluídos no estudo ensaios clínicos que utilizaram, pelo menos, uma modalidade de fisioterapia como uma das intervenções adotadas para o tratamento. Foi realizada uma busca nas seguintes bases de dados: Bireme; PEDro; e SciELO até junho de 2020. Dentre os artigos selecionados podemos destacar alguns deles. VISWAS R et al. (2012) comparou dois grupos: o primeiro grupo foi exposto a um programa de exercícios excêntrico dos extensores do punho combinado com alongamentos estáticos do extensor curto do carpo. O segundo grupo foi exposto a técnica de Cyriax, que consiste em 10 minutos de massagem profunda por fricção transversal seguida imediatamente, de manipulação de Mill. O grupo participante do programa de exercícios excêntricos apresentou melhora significativamente maior da dor e da funcionalidade em comparação ao segundo grupo. KHUMAN, PR et al. (2013) constituiu seu ensaio clínico com o objetivo de encontrar eficácia na técnica de liberação miofascial na dor, desempenho funcional e força de preensão em indivíduos com epicondilite lateral crônica. O grupo 1 foi submetido a fisioterapia convencional: ultrassom de pulso, exercícios de alongamento e fortalecimento isométrico do extensor de punho, associado a técnica de liberação miofascial. O grupo 2 foi submetido somente a fisioterapia convencional. O autor encontrou significativa melhora de todos os sintomas no grupo 1 em relação ao grupo 2. KACHANATHU SJ et al. (2013) expôs a eficácia comparativa entre o Forearm Band (Grupo 1), Elbow Taping (Grupo 2) e um grupo de controle (Grupo 3) mas para todos os grupos foi determinada a mesma rotina fisioterápica convencional. Todos os grupos mostram melhora clínica, no entanto, o grupo 1 mostrou melhora máxima seguida pelo grupo 2, que por sua vez mostrou melhora maior do que a fisioterapia convencional sozinha. Após análise dos artigos selecionados para este trabalho podemos observar divergências na abordagem da patologia e nos tratamentos fisioterapêuticos para epicondilite lateral. Dentre as

<sup>1</sup> Centro Universitário Estácio de Belo Horizonte, brunohenrique.duarte@hotmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Estácio de Belo Horizonte, flaviamedeirosmartins@outlook.com

<sup>3</sup> Centro Universitário Estácio de Belo Horizonte, andre.cruz@estacio.br

modalidades terapêuticas revisadas as que se mostraram mais eficientes foram os exercícios excêntricos, a liberação miofascial e o Forearm Band. É evidente que a abordagem combinada entre modalidades terapêuticas apresenta resultados eficientes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Fisioterapia, Epicondilite Lateral, Cotovelo de Tenista.