



## TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO EM PACIENTES COM CONDROMALÁCIA PATELAR: UMA PERSPECTIVA FUNCIONAL

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

SILVA; Sirlete de Andrade <sup>1</sup>, ALMEIDA; Jordane dos Reis de <sup>2</sup>, BENVENUTO; Rayssa Pereira <sup>3</sup>, SANTANA; Joanderson Silva <sup>4</sup>, SOUZA; Elenilton Correia de <sup>5</sup>

### RESUMO

**Introdução:** A Condromalácia Patelar (CP) conhecida também como síndrome patelofemoral, é uma patologia que afeta os joelhos e que se desenvolve através do amolecimento e degeneração da cartilagem da patela, devido ao excesso de atrito entre ossos fêmur e patela. A doença é de progressão lenta, pode vir a desenvolver uma osteoartrite, uma vez que a cartilagem se desgasta totalmente, onde inicia-se também o desgaste ósseo. A CP pode ser causada por diversos fatores biomecânicos, dentre eles são: valgismo, patela desalinhada e desequilíbrio muscular principalmente relacionado aos músculos do quadríceps, em situações que existe atrofia do músculo vasto medial juntamente com o encurtamento do trato iliotibial, levando o paciente a inúmeras alterações e limitações funcionais. **Objetivo:** discutir a importância da fisioterapia no tratamento da condromalácia patelar nos diversos graus de comprometimento. **Metodologia:** A pesquisa foi realizada de maneira qualitativa, através de uma revisão bibliográfica nos bancos de dados Lilacs e Scielo. Foram selecionados artigos entre 2010 a 2020, que apresentavam os descritores “condromalácia patelar”, “Fisioterapia”, “articulação do joelho” e “tratamento fisioterapêutico condromalácia patelar”. Foram utilizados artigos nacionais. Estabeleceu-se como critérios de inclusão artigos que abordavam condromalácia patelar, tratamento fisioterapêutico e síndrome patelofemoral. Foram excluídos do presente estudo artigos que não descrevia condromalácia patelar e que apresentavam tratamento fisioterapêutico para outras patologias de joelho. **Resultados:** foram encontrados 15 artigos e 2 teses de mestrado, porém somente foram utilizados como base teórica 6 artigos e 1 tese de mestrado que discutiam sobre Condromalácia patelar e Tratamento Fisioterapêutico para CP. Tais achados mostraram que a fisioterapia possui recursos convencionais que são considerados eficazes no tratamento de CP, a exemplo da cinesioterapia, com ênfase em exercícios de fortalecimento muscular, principalmente dos músculos vasto medial oblíquo e lateral, no qual, ao ganhar força e trofismo, há melhora do alinhamento patelar e da dor. Alongamentos dos músculos tríceps sural, abdutores, adutores do quadril e quadríceps são importantes, visto que encurtados concedem maior aumento da pressão femoropatelar. Além disso, a literatura aponta outros exercícios que podem ser realizados para melhorar a condição da CP como a hidrocinesioterapia, uma vez que as técnicas aplicadas desenvolvem a musculatura, promove analgesia, melhora a amplitude de movimento, propriocepção e equilíbrio,

<sup>1</sup> Centro Universitário UniAges, sirletea@academico.uniages.edu.br

<sup>2</sup> Centro Universitário UniAges, jordaner@academico.uniages.edu.br

<sup>3</sup> Centro Universitário UniAges, rayssap@academico.uniages.edu.br

<sup>4</sup> Centro Universitário UniAges, joanderson.santana19@hotmail.com

<sup>5</sup> Centro Universitário UniAges, elenilton.souza@ages.edu.br

devido as propriedades físicas da água que permitem menos impacto a articulação do joelho. Além disso, verificou-se que a fisioterapia pode utilizar o recurso da eletroterapia, para o fortalecimento muscular, através corrente russa que é uma corrente alternada de média frequência e possui grandes resultados no ganho de força muscular quando é utilizado associado a cinesioterapia. **Conclusão:** A CP é uma patologia degenerativa progressiva, caracterizada por amolecimento da patela que afeta gradualmente a funcionalidade do indivíduo, no qual possui graus de comprometimento. Somado a isso verifica-se que a fisioterapia tem fundamental importância no tratamento de CP, através das diversas técnicas da cinesioterapia, hidrocinesioterapia, eletrotermofototerapia e práticas integrativas, pois retarda a progressão da patologia, diminui o quadro álgico e permite que o paciente tenha melhor funcionalidade para realizar atividades diárias.

**PALAVRAS-CHAVE:** Condromalácia Patelar, Recursos Fisioterapêutico, Funcionalidade