

Efeitos de um programa de intervenção cinesioterapêutica em um indivíduo com artrite reumatóide: um estudo de caso

Effects of a kinesiotherapeutic intervention program in an individual with rheumatoid arthritis: a case study



Alexandra Spolti - Mestra em Envelhecimento Humano (PPGEH – UPF) ¹, Bento Gonçalves, RS- Brasil. Guilherme Moreira de Matos²- Acadêmico de Fisioterapia (UPF); Passo Fundo, RS-Brasil. Bruna Flores Misturini³ - Mestra em Envelhecimento Humano (PPGEH – UPF), Carlos Barbosa, RS-Brasil. Lia Mara Wibelinger⁴- Doutora em Gerontologia Biomédica (GERONBIO - PUC), Passo Fundo, RS-Brasil.

Resumo

A artrite reumatoide (AR) é uma doença autoimune crônica, simétrica e inflamatória que inicialmente afeta pequenas articulações, progredindo para articulações maiores e órgãos. A doença não possui cura, porém as metas de tratamento são reduzir e retardar os sintomas que podem ser causados. Objetivo: Avaliar os efeitos de um programa de intervenção cinesioterapêutica na dor e flexibilidade da coluna vertebral em um indivíduo com artrite reumatoide. Método: Trata-se de um estudo de caso longitudinal e intervencionista, envolvendo um indivíduo do sexo feminino, com 58 anos, com diagnóstico de artrite reumatoide há 20 anos. O protocolo de intervenção cinesioterapêutica totalizou 15 sessões de fisioterapia, duas vezes na semana. Resultados: Houve diminuição da dor em oito pontos segundo a escala visual analógica e aumento da flexibilidade através dos testes de flexibilidade da coluna vertebral. Conclusão: O programa de intervenção cinesioterapêutica foi benéfico na diminuição da dor e no aumento da flexibilidade da coluna vertebral.

Palavras-chave: Artrite reumatoide; Fisioterapia; Cinesioterapia; Dor; Flexibilidade da coluna vertebral .

Abstract

Rheumatoid arthritis (RA) is a chronic, symmetric, inflammatory autoimmune disease that initially affects small joints, progressing to larger joints and organs. The disease has no cure, but the treatment goals are to reduce and delay the symptoms that may be caused. Objective: To evaluate the effects of a kinesiotherapy intervention program on spinal pain and flexibility in an individual with rheumatoid arthritis. Method: This is a longitudinal and interventional case study, involving a female individual, aged 58, diagnosed with

¹Universidade de Passo Fundo_ Spolti – Alexandra, Bento Gonçalves ² Universidade de Passo Fundo_ Misturini - Bruna Flores, Carlos Barbosa ³ Universidade de Passo Fundo_ Matos- Guilherme Moreira de, Passo Fundo. ⁴ Universidade de Passo Fundo_ Wibelinger – Lia Mara, Passo Fundo. * Spolti – Alexandra. alexandraspolti@gmail.com

rheumatoid arthritis 20 years ago. The kinesiotherapy intervention protocol totaled 15 physiotherapy sessions, twice a week. Results: There was a reduction in pain by eight points according to the visual analogue scale and an increase in flexibility through spinal flexibility tests. Conclusion: The kinesiotherapy intervention program was beneficial in

reducing pain and increasing spinal flexibility.

Keywords: Rheumatoid arthritis; Physiotherapy; Kinesiotherapy; Pain; Flexibility of the spine.

Introdução

A artrite reumatoide (AR) é uma doença autoimune crônica, idiopática e inflamatória que atinge simetricamente os tecidos, órgãos e, principalmente, as articulações periféricas (Bullock *et al.*, 2018). Apresenta um contexto de impacto direto nas condições de saúde e qualidade de vida do indivíduo, segundo Schnornberger *et al.* (2017) e Santos *et al.* (2021).

A evolução do quadro da doença é flutuante com exacerbações episódicas, incapacitante e causa sérias complicações osteomioarticulares (Ribeiro *et al.*, 2016; Radu e Bungau, 2021).

A cinesioterapia auxilia em um programa de tratamento seguro no manejo e controle da doença. Com isto, o objetivo deste estudo é verificar os efeitos de um programa de intervenção cinesioterapêutica em um indivíduo com AR.

Materiais e métodos

Estudo de caso longitudinal e intervencionista que faz parte de um projeto maior intitulado “Efeitos de um Protocolo de Intervenção Fisioterapêutica na Qualidade de Vida de Indivíduos com Artrite Reumatóide”, aprovado pelo comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Universidade de Passo Fundo sob protocolo número 3.970.526 conforme determina a resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde. Realizado na clínica-escola do curso de Fisioterapia da Universidade de Passo Fundo. Composto por um indivíduo do sexo feminino, 58 anos e com diagnóstico de AR há 20 anos, relatando dores pelo corpo, principalmente joelhos e ombros e dificuldades para realizar suas atividades de vida diária.

Assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, o indivíduo foi submetido a uma avaliação pré-intervenção. O instrumento de coleta incluiu dados sociodemográficos e condições de saúde, além de realizada a avaliação da dor através da Escala Visual Analógica e testes de flexibilidade da coluna vertebral.

O programa de intervenção cinesioterapêutica foi delineado de acordo com estudos prévios realizados com adultos e idosos (Jorge *et al.*, 2016, 2018a, 2018b; Wibelinger *et al.*, 2013). Foram 15 sessões de fisioterapia de 50 a 60 minutos cada, duas vezes por semana. Após a finalização da aplicação do protocolo de fisioterapia houve uma reavaliação.

Resultados e discussão

O programa de intervenção cinesioterapêutica foi benéfico para diminuir a intensidade da dor e melhorar a flexibilidade da coluna vertebral de um indivíduo com AR. Baseado nessas constatações, em nosso estudo utilizamos um protocolo de intervenção cinesioterapêutica e exercícios terapêuticos para mantê-lo funcional.

A dor é uma das principais queixas encontradas e pode ser um dos fatores que implicam diretamente no nível de flexibilidade do indivíduo (Schnornberger *et al.*, 2017). Isto vem ao encontro com os achados na pesquisa, onde, com o protocolo de intervenção cinesioterapêutica, apresentou a melhora da dor

pela escala visual analógica, além de melhora da flexibilidade da coluna vertebral.

Os programas de exercícios incluíam fortalecimento de quadríceps, ombro, tronco e exercícios resistidos para pernas e braços em geral (Athan *et al.*, 2012). Segundo o Protocolo Clínico e de Diretrizes Terapêuticas da artrite reumatoide do Ministério da Saúde (2020), o tratamento não medicamentoso inclui exercícios e fisioterapia. A diminuição da dor, a melhora da força muscular, promoção de ganhos funcionais e a melhora na qualidade de vida são efeitos de um plano de tratamento por meio de cinesioterapia (Pereira e Maia, 2021) a qual foi aplicada durante a sessão de fisioterapia, o que reforça os achados após o final dos atendimentos do paciente.

Wibelinger e Merini (2023) ressaltam que a fisioterapia possui papel fundamental para o tratamento da AR e entre os tipos de tratamento estão os programas de cinesioterapia, os quais são eficazes para a melhora da dor, mobilidade e flexibilidade dos indivíduos. Além disso, os exercícios podem auxiliar na prevenção da ideia de que o movimento e a cinesioterapia podem piorar a doença, e sim demonstrar que os mesmos auxiliam no curso da doença.

Conclusão

O programa de intervenção cinesioterapêutica foi eficaz para a diminuição da dor e melhora da flexibilidade da coluna vertebral de um indivíduo com AR.

Referências Bibliográficas

ATHAN BAILLET, MATHIEU VAILLANT, MICHEL GUINOT, ROBERT JUVIN, PHILIPPE GAUDIN, Eficácia dos exercícios resistidos na artrite reumatóide: meta-análise de ensaios clínicos randomizados. *Reumatologia*, Volume 51, Edição 3, março de 2012, páginas 519–527

BULLOCK, JACQUELINE; RIZVI, SAYED; SALEH, AYMAN; AHMED, SULTAN; PO, DUC; ANSARI, RAIS; AHMED, JASMIN. Rheumatoid Arthritis: A Brief Overview of the Treatment. *Med Princ Pract.*, v. 27, n. 6, p. 501-507, 2018.

JORGE, MATHEUS S. G.; MYRA, RAFAELA S.; SCHNORNBERGER, CAROLINE DE M.; RANZI, CLÁUDIA; WIBELINGER, LIA MARA. Hydrokinesiotherapy in the pain and quality of life in fibromyalgia individuals. *Revista Inspirar*, v. 8, n. 37, p. 29-33, 2016.

JORGE, MATHEUS S. G.; KLEIN, SUELEN; KOHIRAUSCH, JAQUYLINE; ZANIN, CAROLINE. Physiotherapeutic intervention in pain, handgrip strength and quality of life in individuals with conjunctive tissue diseases. *Perspectiva*, v. 42, n. 157, p. 109-121, 2018a.

JORGE, MATHEUS S. G.; DE LIMA, WILLIAM G.; VIEIRA, PATRÍCIA R.; SISS, LETÍCIA A. Effects of kinesiotherapy on palmar grip strength in individuals with rheumatic diseases. *Revista Interdisciplinar de Estudos em*

Saúde, v. 7, n. 1, p. 374-387, 2018b.

Ministério da Saúde. Protocolo Clínico e de Diretrizes Terapêuticas da Artrite Reumatóide do Ministério da Saúde. 2023.

RADU AF, BUNGAU SG. Management of Rheumatoid Arthritis: An Overview. *Cells*. 2021;10(11):2857. Published 2021 Oct 23.

RIBEIRO, LETÍCIA; ZANDONÁ, MOZARA; DALMOLIN, VINÍCIUS. IN: WIBELINGER, LIA MARA (Org). *Disfunções Músculo-Esqueléticas: Prevenção e Reabilitação*. 4. 1. Ed. Passo Fundo, RS: Saluz, 2016. 163-165p. (Fundamentos em Reabilitação, v. 4).

SCHNORNBERGER, CAROLINE DE M.; JORGE, MATHEUS S. G.; WIBELINGER, LIA MARA. Efeitos da cinesioterapia na força de preensão palmar. *Rev Ter Ocup Univ São Paulo*, v. 28, n. 3, p. 325-332, 2017.