

Efeitos da posturografia na reabilitação vestibular em indivíduos de idade mais avançada: revisão de literatura

Effects of posturography in vestibular rehabilitation in individuals of older age: literature review

Reis, Bruna Antunes dos Santos^a, Nuvolini, Rosemeyre Alcarde^b,
Manzoni, Ana Carolina Taccolini^c

a: Discente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Preceptor(a) do curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c: Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

A vestibulopatia é uma desordem que acomete indivíduos de idade mais avançada, apesar de poder estar presente em diversas faixas etárias, e acarreta um déficit no sistema vestibular, visual e somatossensorial. Para o equilíbrio corporal adequado é necessária a complexa integração entre os sistemas sensorial e motor, permitindo a manutenção de uma postura estável ou em movimento de maneira harmônica e precisa. O comprometimento postural do indivíduo pode ocorrer da alteração proprioceptiva, vestibular ou visual, causando problemas de equilíbrio e interferindo na qualidade de vida. A posturografia computadorizada é utilizada para avaliar e reabilitar a estabilidade e equilíbrio do corpo. Essa revisão literária tem o objetivo de analisar a efetividade método de reabilitação denominado posturografia computadorizada com pesquisa nas bases de dados Pubmed, Scielo e Google acadêmico utilizando cinco publicações. A reabilitação visa à integração sensorial e o aperfeiçoamento das estratégias do controle postural, buscando dessa forma, prevenir e/ou diminuir futuras quedas ou minimizar as consequências deletérias delas advindas e promover uma melhor qualidade de vida aos pacientes com idade mais avançada. Os resultados verificados foram positivos, identificando que o tratamento é eficaz, de curto período, poucas sessões, mas com alto custo.

PALAVRAS-CHAVE: envelhecimento, idosos, postura, reabilitação, vestibulopatia

ABSTRACT

Vestibulopathy is a disorder that affects older people, although it can be present in different age groups, and causes a deficit in the vestibular, visual and somatosensory systems. For proper body balance, the complex integration between sensory and motor systems is necessary, allowing the maintenance of a stable posture, or in movement, in a harmonic and precise way. The individual's postural impairment can occur from proprioceptive, vestibular or visual alteration, causing balance problems and interfering with quality of life. Computerized posturography is used to assess and rehabilitate the stability and balance of the body. This literary review aims to analyze the effectiveness of the rehabilitation method called computerized posturography with a search in Pubmed, Scielo and Google academic databases using five publications. Rehabilitation aims at sensory integration and the improvement of postural control strategies, thus seeking to prevent and/or reduce future falls or minimize the deleterious consequences arising from them and promote a better quality of life for older patients. The verified results were positive, identifying that the treatment is effective, of short period, few sessions, but with high cost.

KEYWORDS: aging, elderly, posture, rehabilitation, vestibulopathy

Efeito do exercício resistido como complemento no tratamento em mulheres com osteoporose pós menopausa

Effect of resistance exercise as adjunct in the treatment of postmenopausal women with osteoporosis

Sousa, Andreia^a e Santos, Francieli^a, Nuvoline, Rosemeire^b, Leandro, Juliana^c

a: Discente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Preceptor do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c: Docente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

A osteoporose é uma doença osteometabólica em que ocorre perda de massa óssea levando ao enfraquecimento do osso podendo causar maior susceptibilidade de fratura, pode acometer tanto homens quanto mulheres sendo esse último público mais comum devido a menopausa, tal evento está relacionado devido queda de hormônios que agem na remodelação óssea como o estrogênio. À medida que vai progredindo com o avançar da idade, a doença aumenta o risco de fraturas, especialmente do quadril, da costela e colo do fêmur. Dentre os tratamentos dessa doença, se destacam o medicamentoso que irá repor esses hormônios e o exercício resistido que vai gerar uma carga que proporcionará a deposição de cálcio no osso. Visto que o tratamento medicamentoso auxilia apenas repondo alguns minerais, o exercício resistido vem sendo adotado como recurso capaz de promover redução na morbidade e o aumento na qualidade de vida destes pacientes. Essa pesquisa tem como objetivo verificar o quanto o exercício resistido age como complemento no tratamento da osteoporose pós menopausa promovendo melhor qualidade de vida. Foi realizada uma pesquisa de revisão bibliográfica nas bases de dados PUBMED, PEDRO E LILACS. Nessa busca selecionou-se 4 artigos que comprovaram através de exames de imagem e laboratoriais a eficácia do exercício resistido como complemento no tratamento da osteoporose pós menopausa.

PALAVRAS-CHAVE: exercício, osteoporose, pós menopausa

ABSTRACT

Osteoporosis is an osteometabolic disease in which bone loss occurs, leading to bone weakening, which can cause greater susceptibility to fracture, can affect both men and women, the latter being more common due to menopause, this event is related to the drop in hormones that act on bone remodeling like estrogen. As it progresses with advancing age, the disease increases the risk of fractures, especially of the hip, rib and femoral neck. Among the treatments for this disease, drugs that will replace these hormones and resistance exercise that will generate a load that will provide the deposition of calcium in the bone stand out. Since drug treatment only helps to replace some minerals, resistance exercise has been adopted as a resource capable of promoting a reduction in morbidity and an increase in the quality of life of these patients. This research aims to verify how much resistance exercise acts as a complement in the treatment of post-menopausal osteoporosis, promoting a better quality of life. A bibliographic review research was carried out in the PUBMED, PEDRO and LILACS databases. In this search, 4 articles were selected that proved, through imaging and laboratory tests, the effectiveness of resistance exercise as a complement in the treatment of post-menopausal osteoporosis.

KEYWORDS: exercise, osteoporosis, post menopause

Perfil de lesões em atletas de voleibol

Injury profile in volleyball athletes

Prexedes, Luara Fernandes Prexedes^a, Lelis, Rafaela de Oliveira^a, Pereira, Adgildo dos Santos^b

a: Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Docente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

O voleibol é um dos esportes mais praticados no mundo e tem alto índice de lesões. Nessa pesquisa, analisamos e levantamos o perfil de lesão mais comum dentro do voleibol, para que os profissionais da área da saúde possam traçar um plano preventivo para os atletas. O método da pesquisa foi realizado por meio de uma revisão de literatura e a busca pelos estudos foram realizadas nas bases de dados eletrônicas: SciELO e PubMed. O estudo sobre o perfil de lesões no voleibol, foi levantado a partir das seguintes categorias: região do corpo acometida, gênero, posição do jogador, idade, taxa de lesão no treino e competição. Os resultados do estudo mostraram que a lesão é mais comum em atletas do sexo feminino (55%), em relação ao sexo masculino (45%), com idade média de 28 anos em posição de ataque (37%) e bloqueio (37%), em comparação com ponta (13%) e líbero (13%). Os locais anatômicos que mais acometem os atletas são: ombro (12%), coluna (9%), joelho (26%), dedos (15%) e com maior prevalência de lesões o tornozelo (38%), quando relacionado a lesões: concussão (22%), tendinite (6%) e sendo a lesão que mais acomete os atletas de voleibol a entorse de tornozelo (72%), ocorrendo a maior parte de lesões durante as competições (73%) quando comparado com treino (27%). Conclui-se que o perfil de lesões mais comum ocorre mais em atletas do sexo feminino, com idade média de 28 anos em posição de ataque e bloqueio, com maior prevalência a entorse de tornozelo durante as competições.

PALAVRAS-CHAVE: atletas, esporte, fisioterapeuta, lesão, voleibol

ABSTRACT: Volleyball is one of the most played sports in the world and has a high rate of injuries. In this research, we analyzed and raised the profile of the most common injury within volleyball, so that health professionals can draw up a preventive plan for athletes. The research method was carried out through a literature review and the search for studies was carried out in the electronic databases: SciELO and PubMed. The study on the profile of injuries in volleyball was raised from the following categories: affected body region, gender, player position, age, injury rate in training and competition. The results of the study showed that the injury is more common in female athletes (55%), compared to male athletes (45%), with a mean age of 28 years in attacking (37%) and blocking (37%) positions compared to tip (13%) and libero (13%). The anatomical sites that most affect athletes are: shoulder (12%), spine (9%), knee (26%), fingers (15%) and with the highest prevalence of injuries, the ankle (38%), when related to injuries: concussion (22%), tendinitis (6%) and ankle sprain being the injury that most affects volleyball athletes (72%), with most injuries occurring during competitions (73%) when compared to training (27%). It is concluded that the most common injury profile occurs more in female athletes, with an average age of 28 years in attack and block position, with a higher prevalence of ankle sprain during competitions.

KEYWORDS: athletes, injuries, physical therapists, sport, volleyball

Efeitos da posição prona em pacientes com COVID-19

Effects of the prone position in patients with COVID-19

Gonzaga, Ana Paula Nogueira Ferreira^a, Mandu, Vanessa Guedes^a,
Amaral, Tatiane Fernanda Delcidio^b, Viviani, Alessandra Gasparello^c

a: Discente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Preceptor do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c: Docente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

A técnica de posicionamento em prono já muito utilizada na síndrome do desconforto respiratório agudo por outras causas, passou também a ser aplicada em casos graves de covid-19. A técnica consiste em posicionar o paciente em decúbito ventral, proporcionando aumento da complacência pulmonar e recrutamento alveolar das unidades dorsais, por meio da ação da gravidade. Por meio dessa melhor insuflação e ventilação das unidades pulmonares aumenta a distribuição dos gases nos tecidos, isso ocorre a partir de uma pressão transpulmonar distribuída de forma mais homogênea. Assim, o objetivo dessa pesquisa é identificar os efeitos da posição prona em pacientes com covid19 com comprometimento pulmonar importante. Realizou-se busca nas bases de dados Pedro, Pubmed e Scielo, considerando como critérios de inclusão, artigos publicados nos últimos 5 anos e de livre acesso. Foram selecionadas 10 publicações. Os principais efeitos pontuados nas publicações selecionadas, foram melhora no índice de oxigenação, ou seja, na relação entre pressão parcial de oxigênio no sangue e fração inspirada de oxigênio e na complacência estática do sistema respiratório. Alguns estudos apresentaram resultados em outros parâmetros como melhora na saturação periférica de oxigênio e redução da taxa de mortalidade. Conclui-se que a posição prona para os pacientes estudados alcançou resultados positivos na oxigenação, otimizando o recrutamento alveolar, diminuindo as complicações e as taxas de mortalidade.

PALAVRAS-CHAVE: covid-19, coronavírus, posição prona, síndrome aguda respiratória severa

ABSTRACT

The prone positioning technique, already widely used in acute respiratory distress syndrome for other causes, has also been applied in severe cases of covid-19. The technique consists of positioning the patient in the prone position, providing an increase in lung compliance and alveolar recruitment of the dorsal units, through the action of gravity. Through this better inflation and ventilation of the pulmonary units, the distribution of gases in the tissues increases, this occurs from a more homogeneously distributed transpulmonary pressure. Thus, the objective of this research is to identify the effects of the prone position in patients with covid19 with significant pulmonary involvement. A search was carried out in the Pedro, Pubmed and Scielo databases, considering as inclusion criteria, articles published in the last 5 years and with free access. 10 publications were selected. The main effects scored in the selected publications were improvement in the oxygenation index, that is, in the relationship between partial pressure of oxygen in the blood and fraction of inspired oxygen and in the static compliance of the respiratory system. Some studies showed results in other parameters such as improvement in peripheral oxygen saturation and reduction in the mortality rate. It is concluded that the prone position for the studied patients achieved positive results in oxygenation, optimizing alveolar recruitment, reducing complications and mortality rates.

KEYWORDS: covid-19, prone position, prone, SARS-COV-2

Atuação do fisioterapeuta no cuidado de pacientes adultos e pediátricos com fibrose cística

Performance of physiotherapist in the care of adult and pediatric patients with cystic fibrosis

Moises, Fernanda Ferreira^a, Monteiro, Letícia Kelly^a, Scopigno, Amanda^b, Viviani, Alessandra Gasparello^c

a: Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Preceptor do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c: Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

A fibrose cística é uma doença autossômica recessiva, que pode causar comprometimento pulmonar e insuficiência pancreática, sendo considerada a doença respiratória mais grave e causa mais frequente de morte ou transplante pulmonar no início da vida adulta. Atinge cerca de 70 mil pessoas em todo mundo e pode causar edema, processos inflamatórios e infecciosos como pneumonia e bronquite, trazendo danos aos pulmões e pâncreas. O objetivo deste trabalho é identificar o resultado das principais intervenções fisioterapêuticas para pacientes com fibrose cística. Foi realizada uma pesquisa na base de dados PubMed, sendo selecionadas oito publicações. Os critérios de inclusão foram artigos publicados nos últimos dez anos em inglês, que tinham como tema central o uso de exercícios fisioterapêuticos, bem como técnicas e dispositivos no tratamento da fibrose cística, em pacientes adultos e pediátricos. Verificou-se que intervenções fisioterapêuticas, como um programa de exercícios combinados entre treinamento aeróbico e força muscular, realizados após técnicas para desobstrução das vias aéreas, contribui com ganho de força em membros superiores, melhora significativa na expectoração e na saturação periférica de oxigênio, melhora do condicionamento físico e da capacidade pulmonar.

PALAVRAS-CHAVE: fibrose cística, fisioterapia, modalidades da fisioterapia, terapia respiratória

ABSTRACT

Cystic Fibrosis is an autosomal recessive disease that can cause lung involvement and pancreatic insufficiency, being considered the most serious respiratory disease and the most frequent cause of death or lung transplantation in early adulthood. It affects about 70,000 people worldwide and can cause edema, inflammatory and infectious processes such as pneumonia and bronchitis, causing damage to the lungs and pancreas. The objective of this work is to identify the outcome of the main physical therapy interventions for patients with cystic fibrosis. A search was carried out in the PubMed database, and eight publications were selected. The inclusion criteria were articles published in the last ten years in English, which had as their central theme the use of physical therapy exercises, as well as techniques and devices in the treatment of cystic fibrosis, in adult and pediatric patients. It was found that physical therapy interventions, such as an exercise program combined with aerobic training and muscle strength, performed after techniques for airway clearance, contribute to strength gain in upper limbs, significant improvement in expectoration and peripheral oxygen saturation, of physical conditioning and lung capacity.

KEYWORDS: cystic fibrosis, physiotherapy, physiotherapy modalities, respiratory therapy

Lesões no joelho em praticantes de jiu jitsu

Knee injuries in jiu jitsu practitioners

Cavalcante, Naiara de Souza^a, Santana, Flávio Silva^a, Gois, Rafael Molina^b, Sforzin, Carlos Eduardo^c

a: Discente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Consultor técnico legislativo – Fisioterapeuta. Câmara Municipal de São Paulo

c: Docente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

O jiu-jitsu é uma modalidade esportiva que tem como características o contato físico direto e uma técnica que envolve todas as articulações do corpo. Sendo assim, espera-se que seus praticantes sofram um alto número de lesões, entretanto existem poucos estudos que abordam a quantidade e distribuição dessas lesões em atletas brasileiros. A compreensão do perfil das lesões guia a conduta preventiva adequada para o atleta, evitando assim a perda da performance, e a quebra do ciclo de treinamento que ocorrem quando o atleta sofre uma lesão, fazendo com que ele fique no ápice de sua forma física durante todo o período de competição. O objetivo deste estudo é verificar a epidemiologia das lesões no joelho em praticantes de jiu jitsu e a biomecânica do mecanismo lesional. A metodologia empregada foi de uma revisão, buscando artigos na medline nos últimos 10 anos com as palavras-chave Jiu Jitsu e Injury, além de sites oficiais do JJB e livros conceituados. Verificamos que o joelho foi mais acometido por lesões e que o ligamento colateral lateral e o ântero lateral são os mais afetados pelo estresse em varo com flexão do joelho, podendo interferir no desempenho do atleta a curto, médio e longo prazo. Concluiu-se que mais estudos são necessários para verificar os diferentes tratamentos, treinamentos e posteriormente, traçar estratégias preventivas mais eficazes no sentido de reduzir os riscos de lesão.

PALAVRAS-CHAVE: jiu jitsu, joelho, medicina esportiva, lesões, ligamento colateral lateral

ABSTRACT

Jiu-jitsu is a sport that features direct physical contact and a technique that involves all the joints of the body. Therefore, it is expected that its practitioners suffer a high number of injuries, however there are few studies that address the amount and distribution of these injuries in Brazilian athletes. Understanding the injury profile guides the appropriate preventive conduct for the athlete, thus avoiding the loss of performance, and the breaking of the training cycle that occur when the athlete suffers an injury, causing him to be at the peak of his physical shape during throughout the competition period. The aim of this study is to verify the epidemiology of knee injuries in jiu jitsu practitioners and the biomechanics of the injury mechanism. The methodology used was a review, looking for articles in the medline in the last 10 years with the keywords Jiu Jitsu and Injury, as well as official JJB websites and reputable books. We found that the knee was more affected by injuries and that the lateral collateral ligament and the anterolateral ligament are the most affected by varus stress with knee flexion, which can impair the athlete's performance in the short, medium and long term, as the Most injuries are severe, which is aggravated by the advanced age presented by jiu jitsu athletes. More studies are needed to verify the different treatments and training, to design more effective preventive strategies in order to reduce the risk of injury.

KEYWORDS: jiu jitsu, knee, injuries, lateral collateral ligament, sports medicine

Os benefícios da fisioterapia aquática nas alterações motoras e sensoriais em crianças com o transtorno do espectro autista: revisão bibliográfica

The benefits of aquatic physiotherapy in motor and sensory changes in children with autistic spectrum disorder: bibliographic review

Custódio, Ingrid de Albuquerque^a, Silva, Pamela Karina Alves^a, Pasquariello Michele^b,
Martinez, Rodrigo Quadros^c

a: Discente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Preceptor do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c: Docente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

O Transtorno do Espectro Autista é caracterizado por transtornos complexos do neurodesenvolvimento, definidos por deficiências na interação social, comunicação e comportamentos restritos, estereotipados e repetitivos. Inicia-se nos primeiros anos de vida e apenas em alguns casos os sintomas são aparentes logo após o nascimento. Na maioria dos casos a doença apenas é identificada após o primeiro ano de vida, período no qual há maior exigência da comunicação, nas relações sociais, no manuseio de objetos. Normalmente o atraso no desenvolvimento motor e a regressão de habilidades já desenvolvidas sinalizam o aparecimento da doença, assim como apresentar dificuldade na relação com sons, ruídos e vozes em dado ambiente. O prognóstico é de acordo com possíveis intervenções e tratamentos adotados ao paciente com autismo. A fisioterapia Aquática tem mostrado suma importância no tratamento de crianças com transtorno do espectro autista. Essa pesquisa teve como objetivo identificar os efeitos positivos da fisioterapia aquática nas alterações sensoriais e motoras dessas crianças. Foi realizada uma pesquisa bibliográfica nas bases de dados Google Acadêmico, LILACS, PubMed e Scielo, sendo selecionadas vinte e uma publicações. Verificou-se que a Fisioterapia Aquática demonstrou resultados benéficos para as características do autismo contribuindo sensitivamente para a promoção de uma melhor qualidade de vida aos pacientes com autismo.

PALAVRAS-CHAVE: fisioterapia aquática, função sensorial, transtorno do espectro do autista

ABSTRACT

Autism Spectrum Disorder is characterized by complex neurodevelopmental disorders defined by impairments in social interaction, communication and restricted, stereotyped and repetitive behaviors. It starts in the first years of life and only in some cases the symptoms are apparent soon after birth. In most cases, the disease is only identified after the first year of life, a period in which there is greater demand for communication, in social relationships, in handling objects. Usually, the delay in motor development and the regression of skills already developed signal the onset of the disease, as well as having difficulty in relating to sounds, noises and voices in a given environment. The prognosis is according to possible interventions and treatments adopted for the patient with autism. Aquatic physiotherapy has shown great importance in the treatment of children with autism spectrum disorder. This research aimed to identify the positive effects of aquatic physical therapy on sensory and motor changes in these children. Bibliographic research was carried out in the Google Scholar, LILACS, PubMed and Scielo databases, with twenty-one publications selected. It was found that Aquatic Physiotherapy has shown beneficial results for the characteristics of autism, contributing significantly to the promotion of a better quality of life for patients with autism.

KEYWORDS: aquatic therapy, autism spectrum disorder, sensation

A eficácia do método pilates como preventivo de lesões no ballet

The effectiveness of the pilates method to prevent ballet injuries

De Oliveira, Caroline Camargo^a, Pinheiro, Suzilaine Cristina Rúbio ^b, Severo, Paulo Henrique^c

a. Discente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b. Discente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c. Docente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

O ballet consiste em uma modalidade esportiva de dança que requer um nível avançado de habilidades que colocam os praticantes em riscos de lesões. O Método Pilates (MP) por sua vez, surge com o intuito de promover melhorias na qualidade de vida, bem-estar e saúde. O Método é muito utilizado por diversos profissionais, tanto os que atuam no treinamento de atletas como também na prevenção e no tratamento de distúrbios musculoesqueléticos. É também adotado como forma de condicionamento físico capaz de proporcionar força, flexibilidade, boa postura, controle motor, consciência e aumento da percepção corporal. O objetivo deste estudo foi de verificar se o Método Pilates é um recurso adequado para estratégias preventivas em praticantes de ballet. Foram utilizadas bases de dados virtuais tais como PUBMED/NLM (National Library of Medicine), PEDro (Physiotherapy Evidence Database), SCIELO (Scientific Electronic Library Online); o período de corte cronológico da pesquisa se deu pelos últimos 10 anos de estudo. Foi possível observar que o Método Pilates se torna fundamental sua presença nas estratégias preventivas de lesões em praticantes de ballet, a fim de garantir mais qualidade de vida a estes no presente e futuro.

PALAVRAS-CHAVE: ballet, método pilates, prevenção

ABSTRACT

Ballet is a dance sport that requires an advanced level of skills that put practitioners at risk of injury. The Pilates Method (MP) in turn, appears with the aim of promoting improvements in quality of life, well-being and health. The Method is widely used by several professionals, both those who work in the training of athletes as well as in the prevention and treatment of musculoskeletal disorders. It is also adopted as a form of physical conditioning capable of providing strength, flexibility, good posture, motor control, awareness and increased body perception. The objective of this study was to verify if the Pilates Method is an adequate resource for preventive strategies in ballet practitioners. Virtual databases such as PUBMED/NLM (National Library of Medicine), PEDro (Physiotherapy Evidence Database), SCIELO (Scientific Electronic Library Online) were used; the chronological cohort period of the research was the last 10 years of study. It was possible to observe that the Pilates Method is essential in its presence in the prevention strategies of injuries in ballet practitioners, in order to guarantee more quality of life for them in the present and future.

KEYWORDS: ballet, disease prevention, exercise movement techniques

Atuação da fisioterapia frente a prevenção de quedas em idosos

The role of physiotherapy in the prevention of falls in the elderly

Matos, Nathalie Vanilde Suzane Vieira^a, Inocencio, Regina Maria Gomes^a, Soler, Ana Paola Chiodo^b

a: Discente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Preceptor do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c: Docente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

O envelhecimento populacional e o aumento da ocorrência de doenças crônico-degenerativas provocam a necessidade da preparação e adequação dos serviços de saúde, incluindo a formação e capacitação de profissionais para o atendimento desta nova demanda. Nesta perspectiva, as quedas de idosos são atualmente uma das preocupações, pela frequência e pelas consequências em relação à qualidade de vida. A prevenção é importante no sentido de minimizar problemas secundários decorrente de quedas. Os objetivos desse estudo foram compreender quanto à importância da visão panorâmica do fisioterapeuta com relação à prevenção de quedas para os pacientes idosos, entender os principais fatores intrínsecos e extrínsecos que levam os idosos a sofrerem com quedas e descrever sobre tratamentos que auxiliem na prevenção de quedas em idosos. Esta pesquisa trata-se de uma revisão literária através do levantamento nas bases de dados eletrônicas, incluindo MEDLINE, PubMed, BVS e Scielo, dentro do período de 10 anos. Concluiu-se que a adoção de um programa preventivo de Fisioterapia é capaz de melhorar a qualidade de vida ao promover o equilíbrio e a melhora da capacidade funcional dos idosos, reduzindo consequentemente os índices de quedas, hospitalizações, mortalidade e morbidade.

PALAVRAS-CHAVE: acidentes por quedas, fatores de risco, fisioterapeuta, idoso, prevenção, saúde do idoso

ABSTRACT

Population aging and the increase in the occurrence of chronic-degenerative diseases cause the need to prepare and adapt health services, including the training and qualification of professionals to meet this new demand. In this perspective, falls in the elderly are currently one of the concerns, due to the frequency and consequences in relation to quality of life. Prevention is important in order to minimize secondary problems resulting from falls. The objectives of this study were to understand the importance of the physical therapist's panoramic view regarding the prevention of falls for elderly patients, to understand the main intrinsic and extrinsic factors that lead the elderly to suffer from falls and to describe treatments that help in the prevention of falls in the elderly. This research is a literary review through a survey in electronic databases, including MEDLINE, PubMed, BVS and Scielo, within a period of 10 years. It was concluded that the adoption of a preventive program of Physiotherapy is able to improve the quality of life by promoting balance and improving the functional capacity of the elderly, consequently reducing the rates of falls, hospitalizations, mortality and morbidity.

KEYWORDS: accidental falls, elderly health, physical therapist, prevention, risk factors

Abordagem fisioterapêutica a prática de exercícios para aumento da sobrevida de pacientes com esclerose lateral amiotrófica: uma revisão de literatura

Physiotherapeutic approach to the practice of exercise to increase the survival of patient's survival of patients with amyotrophic lateral sclerosis: a literature review

Rosa, Fernanda Silva^a, Roque, Jean Marcelo Moreira^a, Delcídio, Tatiane^b,
Souza, Caroline Ribeiro^c

a: Discente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Preceptor do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c: Docente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

A esclerose lateral amiotrófica (ELA) é uma doença neurodegenerativa, caracterizada pela perda progressiva de neurônios motores. Embora reconhecida e caracterizada primeiramente por degeneração dos neurônios motores no córtex, tronco encefálico e medula espinhal, a esclerose lateral amiotrófica (ELA) é atualmente melhor conceituada como uma doença multissistêmica em que os neurônios motores superiores e inferiores são afetados. O quadro clínico da doença pode se manifestar por fraqueza e atrofia muscular, fasciculações, espasticidade, disartria e disfagia. A Fisioterapia se torna importante no fortalecimento muscular e os exercícios cardiovasculares retardam a evolução da doença em pacientes com ELA. O objetivo deste estudo foi comparar a eficácia do programa combinado de treinamento aeróbico moderado e de força através de uma revisão da literatura. A coleta de dados para essa pesquisa foi realizada nas bases eletrônicas, Scielo, Pubmed e PEDro. O treinamento aeróbico e resistido (abaixo do esforço máximo) tem efeitos positivos em termos de energia e fadiga. O programa de treinamento mostra efeitos positivos, evitando o descondiçãoamento, atrofia muscular e fadiga resultantes da inatividade progressiva. Portanto, exercício de intensidade moderada com avaliações de Teste Cardiopulmonar de esforço é benéfico na ELA e deve ser considerado na abordagem multidisciplinar de pacientes com ELA e prática de exercícios como recomendação segura.

PALAVRAS-CHAVE: atividade física, esclerose lateral amiotrófica, exercício aeróbico, força

ABSTRACT

Amyotrophic lateral sclerosis (ALS) is a neurodegenerative disease characterized by the progressive loss of motor neurons. Although recognized and characterized primarily by degeneration of motor neurons in the cortex, brainstem, and spinal cord, amyotrophic lateral sclerosis (ALS) is currently best conceptualized as a multisystem disease in which both upper and lower motor neurons are affected. The clinical picture of the disease can be manifested by muscle weakness and atrophy, fasciculations, spasticity, dysarthria and dysphagia. Physiotherapy becomes important in muscle strengthening and cardiovascular exercises delay the progression of the disease in patients with ALS. The aim of this study was to compare the effectiveness of a combined moderate and strength aerobic training program through a literature review. Data collection for this research was carried out in the electronic databases, Scielo, Pubmed and PEDro. Aerobic and resistance training (below maximum effort) have positive effects in terms of energy and fatigue. The training program shows positive effects, preventing deconditioning, muscle atrophy and fatigue resulting from progressive inactivity. Therefore, moderate-intensity exercise with cardiopulmonary exercise testing assessments is beneficial in ALS and should be considered in the multidisciplinary approach of ALS patients and exercise practice as a safe recommendation.

KEYWORDS: amyotrophic lateral sclerosis, endurance training, muscle strength, physical activity, physical therapy exercises

Os principais aspectos da prematuridade e a importância da atuação do fisioterapeuta no recém-nascido pré-termo na unidade de terapia intensiva neonatal

The main aspects of prematurity and the importance of the physiotherapist's performance in the preterm in neonatal intensive care

Dias, Renata Lima^a; Silva Elizabete ^a; Viviani, Alessandra Gasparello^b, Leandro, Juliana Duarte^b

a: Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

A prematuridade é uma das principais causas de mortalidade neonatal. O recém-nascido pré-termo tem idade gestacional igual ou inferior a 36 semanas. Os objetivos dessa pesquisa são identificar as principais particularidades anatômicas e fisiológicas do sistema respiratório dos prematuros, os principais fatores de risco para a prematuridade e a atuação do fisioterapeuta na unidade de terapia intensiva neonatal. Realizou-se pesquisa nas bases de dados Lilacs, PubMed e Scielo, entre 2010 e 2022. Os prematuros têm como particularidades, a respiração predominantemente nasal, maior resistência de vias aéreas, costelas cartilagosas, músculo diafragma horizontalizado e com menor quantidade de fibras resistentes a fadiga, menor número de alvéolos, menor quantidade e qualidade de surfactante pulmonar, menor complacência pulmonar, tórax mais complacente e com tendência a distorções. Verificou-se que as principais causas de prematuridade são tabagismo materno, sangramento vaginal, fatores genéticos, gestação múltipla e ausência de controle pré-natal. Na unidade de terapia intensiva, o fisioterapeuta realiza intervenções respiratórias, motoras e neurológicas, como a ventilação não-invasiva, as técnicas para desobstrução de vias aéreas, a estimulação sensorio-motora e o posicionamento, sempre considerando as particularidades anatômicas e fisiológicas dos prematuros, para obtenção de resultados benéficos que não prejudiquem o desenvolvimento adequado de todos os sistemas em formação.

PALAVRAS-CHAVE: fisioterapia, prematuridade, recém-nascido, unidade de terapia intensiva neonatal

ABSTRACT

Prematurity is one of the main causes of neonatal mortality. Preterm newborns have a gestational age of 36 weeks or less. The objectives of this research are to identify the main anatomical and physiological particularities of the respiratory system of premature infants, the main risk factors for prematurity and the role of the physical therapist in the neonatal intensive care unit. A survey was carried out in the Lilacs, PubMed and Scielo databases between 2010 and 2022. The particularities of premature infants are predominantly nasal breathing, greater airway resistance, cartilaginous ribs, horizontal diaphragm muscle and lesser amount of resistant fibers to fatigue, lower number of alveoli, lower quantity and quality of pulmonary surfactant, lower lung compliance, chest more compliant and prone to distortions. It was found that the main causes of prematurity are maternal smoking, vaginal bleeding, genetic factors, multiple pregnancy and lack of prenatal control. In the intensive care unit, the physical therapist performs respiratory, motor and neurological interventions, such as non-invasive ventilation, techniques for airway clearance, sensorimotor stimulation and positioning, always considering the anatomical and physiological particularities of premature infants, to obtain beneficial results that do not jeopardize the proper development of all systems in training.

KEYWORDS: neonatal intensive care unit, newborn, physiotherapy, premature

Um olhar fisioterapêutico sobre a síndrome de Dandy-Walker: revisão da literatura

A physiotherapy look at Dandy-Walker syndrome: literature review

Gelly, Vitor Hugo ^a, Azevedo, Sávila Silva ^a, Soler, Ana Paola Chiodo ^b, Martinez, Rodrigo^c

a: Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Preceptora do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c: Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

Podemos classificar a síndrome de Dandy Walker (SDW) de três formas distintas, a Clássica, que é constituída pela tríade de dilatação cística do quarto ventrículo, agenesia parcial ou completa do vermis cerebelar e fossa posterior alargada. A síndrome de Dandy Walker, também chamada de complexo de Dandy Walker, consiste em uma malformação cerebral congênita que acomete o cerebelo e os espaços repletos de líquido circunvizinhos a ele. A causa desta patologia ainda não foi elucidada. Embora a ocorrência familiar desta doença já tenha sido relatada, acredita-se que a mesma resulte da combinação de múltiplos fatores. Alguns fatores predisponentes englobam exposição à rubéola, citomegalovírus, toxoplasmose, varfarina, álcool e/ou isotretinoína durante o primeiro trimestre gestacional. Sua incidência é de 1 indivíduo em cada 25.000 a 35.000 nascidos vivos, acometendo ambos os sexos. A síndrome de Dandy Walker é responsável por aproximadamente 1% a 4% da totalidade dos casos de hidrocefalia. Essa revisão tem como objetivo verificar a atuação do fisioterapeuta e/ou as principais disfunções causadas pela SDW. Foram realizadas pesquisas bibliográficas nas bases LILACS, Scielo, Medline e PubMed, sendo selecionado 15 artigos. Consideram-se válidos artigos que abordaram a atuação da fisioterapia e/ou as principais disfunções causadas pela SDW. O tratamento envolve uma equipe multidisciplinar. A fisioterapia é um componente importante para garantir o desenvolvimento psicomotor ideal.

PALAVRAS-CHAVE: criança, fisioterapia, síndrome de Dandy Walker

ABSTRACT

Classify Dandy Walker syndrome (DSW) into three distinct forms, the Classical, which is constituted by the triad of cystic dilatation of the fourth leg, partial or complete agenesis of the cerebellar vermis and an enlarged posterior fossa. Dandy Walker syndrome, also called Dandy Walker complex, is a congenital brain malformation that affects the cerebellum and the fluid-filled spaces surrounding it. The cause of this pathology has not yet been elucidated. Although the familial occurrence of this disease has already been reported, it is believed that it results from a combination of multiple factors. Some predisposing factors include exposure to rubella, cytomegalovirus, toxoplasmosis, warfarin, alcohol and/or isotretinoin during the first trimester of pregnancy. Its incidence is 1 in every 25,000 to 35,000 live births, affecting both sexes. Dandy Walker syndrome accounts for approximately 1% to 4% of all cases of hydrocephalus. This review aims to control the physiotherapist's performance and/or the main dysfunctions used by SDW. Bibliographic searches were carried out in the LILACS, Scielo, Medline and Published databases, and 15 articles were selected. Articles that adhere to the role of physiotherapy as the main dysfunctions and sensitive by SDW are considered valid. Treatment involves a multidisciplinary team. Physiotherapy is an important component to ensure optimal psychomotor development.

KEYWORDS: child, Dandy Walker syndrome, physical therapy

Efeitos do tratamento de fisioterapia para dor no ombro: os benefícios da terapia por exercícios versus kinesiotaping

Effects of physiotherapy treatment for shoulder pain: the benefits of exercise therapy versus kinesiotaping

Mascarenhas S, Milene ^a, Prumes P, Cristiane ^b

a: Discente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas unidas FMU

b: Docente do curso de Fisioterapia do centro Universitário das faculdades Metropolitanas unidas FMU

RESUMO

A dor no ombro, pode estar relacionada à Síndrome do Impacto do Ombro (SIO), que é um conjunto de sinais e sintomas caracterizados por dor e limitação funcional decorrente do acometimento de estruturas estáticas e dinâmicas do ombro, como ligamentos, cápsula e músculos. Na fase inicial o tratamento fisioterapêutico tem como objetivo a redução ou abolição da dor e diminuição do processo inflamatório instalado. A bandagem elástica, também conhecida como kinesio taping (KT), se apresenta como terapia alternativa para um possível tratamento reabilitador, oferecendo redução da dor por vias neurais, correção da função muscular por fortalecer músculos fracos, estímulo cutâneo que facilita ou limita movimento, auxílio na redução de edema e correção do posicionamento articular por amenizar espasmos musculares. Dessa forma, faz-se necessário analisar se o uso da KT na dor, gera efeitos superiores, semelhantes ou inferiores a outras formas de tratamentos. Essa revisão tem como objetivo mostrar os benefícios do tratamento fisioterapêutico convencional em comparação à kinesio taping. Foi realizada revisão de literatura com busca de artigos nas bases de dados PEDro, Scielo, PubMed/Medline e Google Scholar, sendo selecionado nove artigos. Após a revisão conclui-se que o estudo apresentou repercussão incoerente para os procedimentos com Kinesio Taping, comparado a fisioterapia convencional para pacientes com dor no ombro.

PALAVRAS-CHAVE: bandagem elástica, fisioterapia, ombro doloroso

ABSTRACT

Pain in the shoulder may be related to the Shoulder Impingement Syndrome (SIO), which is a set of signs and symptoms characterized by pain and functional limitation resulting from the involvement of structures and dynamics and dynamics of the static shoulder muscles. In the initial phase of physiotherapeutic treatment, it aims to reduce or eliminate pain and increase the installed inflammatory process. The elastic bandage, also known as kinesio taping (KT), presents itself as a therapy for a possible rehabilitative alternative treatment, offering reduction of muscle function through neural pathways, correction of muscle function by weak strengtheners, cutaneous stimulus that facilitates or limits movement, helps in reduction of edema and correction of joint positioning to alleviate muscle spasms. Thus, it is necessary if the use of KT is improved, generating other effects, similar or inferior to forms of treatment. This review aims to show the benefits of conventional physical therapy compared to kinesio taping. A literature review was carried out with a search for articles in the PEDro, Scielo, PubMed/Medline and Google Scholar databases, with nine articles selected. After the review, it was concluded that the study presented inconsistent repercussions for procedures with Kinesio Taping, compared to conventional physical therapy for patients with shoulder pain.

KEYWORDS: athletic tape, physical therapy, shoulder impingement syndrome

Utilização da terapia aquática em pacientes com paralisia cerebral: revisão bibliográfica

Use of aquatic therapy in patients with cerebral palsy: bibliographic review

Santos, Anderson Araújo^a, Gonçalves, Ingrid Cristina de Andrade^a, Oliveira, Eliane Pires^b

a. Discente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU.

b. Docente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU.

RESUMO

Paralisia Cerebral (PC) é um termo usado para descrever um conjunto de distúrbios motores e sensoriais cerebrais não progressivos, as lesões podem ocorrer antes, durante ou após o nascimento. Algumas crianças com paralisia cerebral também têm deficiência intelectual, problemas comportamentais, dificuldade para ver ou ouvir e/ou transtornos convulsivos. O diagnóstico é suspeitado quando as crianças demoram para aprender a andar ou a desenvolver outras habilidades motoras ou quando os músculos da criança são rígidos ou fracos. A maioria das crianças com paralisia cerebral sobrevive até a idade adulta. Não há cura para a paralisia cerebral, mas fisioterapia, terapia ocupacional e fonoaudiologia e algumas vezes medicamentos e/ou cirurgia podem ajudar as crianças a alcançarem seu potencial máximo. A fisioterapia deve ser iniciada precocemente para estimular o desenvolvimento neuropsicomotor de crianças com PC e a hidroterapia é uma abordagem terapêutica amplamente utilizada entre os fisioterapeutas na busca da recuperação desses pacientes. Foi realizado uma revisão das publicações presentes nas bases de dados PubMed, SciELO, PEDro, Medline e LILACS entre 2012 a 2022. A hidroterapia é uma estratégia terapêutica valiosa para pacientes com PC devido à sua eficácia na melhora da flexibilidade, postura, amplitude de movimento, força e função muscular.

PALAVRAS-CHAVE: fisioterapia, hidroterapia, paralisia cerebral

ABSTRACT

Cerebral Palsy (CP) is a term used to describe a set of non-progressive cerebral motor and sensory disorders, lesions can occur before, during or after birth. Some children with cerebral palsy also have intellectual disabilities, behavioral problems, difficulty seeing or hearing, and/or seizure disorders. The diagnosis is suspected when children are slow to learn to walk or develop other motor skills, or when the child's muscles are stiff or weak. Most children with cerebral palsy survive to adulthood. There is no cure for cerebral palsy, but physical therapy, occupational therapy and speech therapy and sometimes medication and/or surgery can help children reach their fullest potential. Physiotherapy should be started early to stimulate the neuropsychomotor development of children with CP and hydrotherapy is a therapeutic approach widely used among physiotherapists in the search for the recovery of these patients. A review of publications present in PubMed, SciELO, PEDro, Medline and LILACS databases was carried out between 2012 and 2022. Hydrotherapy is a valuable therapeutic strategy for patients with Cerebral Palsy due to its effectiveness in improving flexibility, posture, range of motion, strength and muscle function.

KEYWORDS: cerebral palsy, hydrotherapy, physical therapy

A utilização de protocolos de terapia neuromotora intensiva em pacientes com paralisia cerebral: uma revisão da literatura

The use of intensive neuromotor therapy protocols in patients with cerebral palsy: a literature review

Machado, Beatriz Rocha dos Santos^a, Rodrigues, Elaine Spósito^a,
Soler Ana Paola Chiodo^b, Mendonça, Sandra Maria de Holanda^c

a: Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Preceptor do Curso de Fisioterapia do Curso Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c: Docente do Curso de Fisioterapia do Curso Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

Paralisia Cerebral descreve um grupo de desordens, causando alterações cognitivas e motoras decorrente de uma lesão cerebral que pode ocorrer no período pré-natal, perinatal ou pós-natal. Algumas crianças com paralisia cerebral também têm deficiência intelectual, problemas comportamentais, dificuldade para ver ou ouvir e/ou transtornos convulsivos. O diagnóstico é suscitado quando as crianças demoram para aprender a andar ou a desenvolver outras habilidades motoras ou quando os músculos da criança são rígidos ou fracos. A maioria das crianças com paralisia cerebral sobrevive até a idade adulta. Não há cura para a paralisia cerebral, mas fisioterapia, terapia ocupacional e fonoaudiologia e algumas vezes medicamentos e/ou cirurgia podem ajudar as crianças a alcançarem seu potencial máximo. Estudos utilizaram terapia neuromotora intensiva (TNMI) com objetivo de apresentar a evolução neuro motora obtida pelo método Therasuit com resultados encontrados através da aplicação da GMFM (Mensuração da Função Motora Grossa). Esse método visa promover alinhamento postural, estabilidade articular e a eficiência do movimento. Foi realizada pesquisa nos sites Pubmed e SciElo. Percebemos que a aplicação dos protocolos demonstrou alto nível de melhora nas crianças, focando a análise da função motora grossa através da escala GMFM. Conclui que os protocolos da TNMI foram eficazes no tratamento de pacientes com PC.

PALAVRAS-CHAVE: destreza motora, paralisia cerebral, procedimentos terapêuticos

ABSTRACT

Cerebral Palsy describes a group of disorders, causing cognitive and motor alterations resulting from a brain injury that can occur in the prenatal, perinatal or postnatal period. Some children with cerebral palsy also have intellectual disabilities, behavioral problems, difficulty seeing or hearing, and/or seizure disorders. The diagnosis is suspected when children are slow to learn to walk or develop other motor skills, or when the child's muscles are stiff or weak. Most children with cerebral palsy survive to adulthood. There is no cure for cerebral palsy, but physical therapy, occupational therapy and speech therapy and sometimes medication and/or surgery can help children reach their fullest potential. Studies used TNMI with the objective of presenting the neuromotor evolution obtained by the Therasuit method with results found through the application of GMFM. This method aims to promote postural alignment, joint stability and movement efficiency. Research was carried out on Pubmed and SciElo websites. We noticed that the application of the protocols showed a high level of improvement in children, focusing on the analysis of gross motor function through the GMFM scale. It concludes that the TNMI protocols were effective in treating patients with CP.

KEYWORDS: cerebral palsy, motor skills, therapeutic

Escalas para membros superiores após acidente vascular cerebral

Scales for lower limbs after cerebral vascular accident

Silva, Jaqueline Franco^a, Souza, Carolina Ribeiro^b

a: Discente do curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitana Unidas FMU

b: Docente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

O acidente vascular cerebral (AVC) é definido como diminuição ou completa interrupção do aporte sanguíneo em determinada região do encéfalo. Este trabalho tem como objetivo avaliar as implicações do AVC nos membros inferiores através da revisão de literatura nas bases de dados Medline e Lilacs. Esta revisão identificou seis escalas de avaliação da função de membros inferiores em pacientes com hemiparesia decorrente de AVC. Tais escalas englobam aspectos diferenciados da função de membros inferiores e podem ser agrupadas de acordo com os constructos que enfatizam: aspectos estruturais e funcionais do corpo, capacidade de execução da marcha e aspectos relativos ao cuidado pessoal e relações interpessoais. Analisando as diversas escalas conhecidas e disponíveis, atualmente avaliam diferentes aspectos das funções de membros inferiores após AVC, as estruturas funcionais do corpo, realização de tarefas, capacidade de execução, cuidados pessoais e interpessoais. Sendo assim, as escalas analisadas mostraram-se necessárias, úteis e complementares na avaliação das funções dos membros inferiores em pacientes nesta condição, englobando parâmetros específicos e genéricos no estudo referentes a função. Conclui-se, por hora, que tais escalas representam hoje uma gama de possibilidade para inúmeros perfis e análises de funções relativas ao AVC e suas implicações nos membros inferiores por auxiliarem quanto ao conhecimento do estado geral da saúde destes membros nos indivíduos acometidos.

PALAVRAS-CHAVE: acidente vascular cerebral, avaliação da deficiência, reabilitação

ABSTRACT

Cerebral Vascular Accident (CVA) happens when vessels that carry blood to the brain clog or break, causing paralysis of the brain area that has no blood circulation. It is a disease that affects more men and is one of the main causes of death, disability and hospitalizations worldwide. Thus, it is essential to be aware of the signs and symptoms and seek immediate medical attention. This work aims to research and evaluate the implications of Cerebral Vascular Accident (CVA) in the lower limbs. The damage caused to patients and quality resources suitable for rehabilitation and (or may improve) the quality of life of its patients. To start this discussion, some rehabilitation scales were used as a parameter and means of process to compare the result to the current research. It was evidenced that they are, for the most part, complementary and their use justifiable by the benefits of measures according to the research data below. Emphasizing the fact that none of the aspects described here are eliminatory to other measures and documents not mentioned in the document, only disclosing data on some possibilities for the search for available solutions to the problem in question and to open discussion of future needs in the área.

KEYWORDS: disability evaluation, rehabilitation, stroke

Eficácia da ventosaterapia em pacientes com dor lombar não-específica uma revisão sistemática com metanálise

Effectiveness of supping therapy in patients with non specific low back pain a systematic review with meta-analysis

Alves, Ana Paula Carvalho ^a; Faseru, Katrin Omotola^a; Maurício Junior, AL^b

a: Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

A ventosaterapia é um tipo de tratamento natural, no qual é criado uma pressão negativa por sucção, muito utilizada na medicina chinesa. Desde séculos passados, os povos mais primitivos já procuravam maneiras de curar doenças. Mesmo sem as facilidades que temos hoje em dia, estes povos conseguiam resultados através de recursos da própria natureza. Segundo registros históricos que temos conhecimento, os índios desenvolveram a técnica da ventosaterapia utilizando chifres de animais, os chineses a usavam com bambus e, tempos depois, os europeus desenvolveram a técnica com copos de vidro. Grande procura por saber mais a respeito da ventosaterapia no ano de 2016 se deu por conta do maior nadador da história, o americano Michael Phelps, ter aparecido em público com as marcas características que o tratamento da ventosa deixa no corpo. Essa pesquisa teve como objetivo identificar as evidências desta terapia para a dor lombar, por meio de uma revisão sistemática. Foi realizada uma pesquisa bibliográfica nas bases de dados PEDro, PubMed e Scielo, sendo selecionadas sete publicações. Os achados deste estudo indicam evidências de baixa qualidade de um efeito benéfico. As Evidências atuais são de qualidade muito baixa a moderada, mostraram que a ventosaterapia não foi mais eficaz do que nenhuma intervenção ou placebo, nem mesmo quando associada a fisioterapia convencional.

PALAVRAS-CHAVE: dor lombar, medicina tradicional chinesa, ventosaterapia

ABSTRACT

Cupping therapy is a type of natural treatment, in which negative pressure is created by suction, widely used in Chinese medicine. Since past centuries, the most primitive peoples were already looking for ways to cure diseases. Even without the facilities we have today, these people managed to obtain results through resources from nature itself. According to historical records that we know, the Indians developed the technique of cupping therapy using animal horns, the Chinese used it with bamboos and, sometime later, the Europeans developed the technique with glass cups. The great demand to know more about cupping therapy in 2016 was due to the greatest swimmer in history, the American Michael Phelps, having appeared in public with the characteristic marks that the cupping treatment leaves on the body. This research aimed to identify the evidence of this therapy for low back pain, through a systematic review. A literature search was conducted in the PEDro, PubMed, and Scielo databases, and seven publications were selected. The findings of this study indicate low quality evidence of a beneficial effect. The current Evidence is of very low to moderate quality, showed that suction therapy was not more effective than any intervention or placebo, not even when associated with conventional physiotherapy.

KEYWORDS: cupping therapy, low back pain, traditional chinese medicine

A utilização do treinamento intervalado de alta intensidade para tratamento da insuficiência cardíaca crônica

The use of high intensity interval training (HIIT) for the treatment of chronic heart failure

Shiratori, Daniela Tomie^a, Rodrigues, Micaele Silva^a, Amaral, Tatiane Fernanda Delcídio^b, Manzoní, Ana Carolina Taccolini^c

a: Discente do curso de fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Preceptora do curso de fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c: Docente do curso de fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

A insuficiência cardíaca é uma doença crônica de longo prazo, embora possa, às vezes, se desenvolver repentinamente. Ela pode afetar apenas um dos lados do coração, sendo chamada, dependendo do caso, de insuficiência cardíaca direita ou insuficiência cardíaca esquerda. No Brasil a causa mais comum da insuficiência cardíaca é a doença arterial coronariana (DAC), na qual teremos um estreitamento dos vasos coronarianos, que são responsáveis por levar oxigênio ao músculo cardíaco, pela presença de placas de gordura podendo levar a isquemia e infarto. Também podem levar a esta condição clínica alterações nas válvulas cardíacas, níveis pressóricos não controlados, inflamações do músculo cardíaco, doença de chagas e outras causas. A insuficiência cardíaca crônica (ICC) é uma patologia que acomete o paciente de forma progressiva e persistente, onde o coração não é capaz de bombear sangue adequadamente para todo o organismo. Ocorre por uma falha na função sistólica, anormalidade na função diastólica ou em ambas. A reabilitação cardíaca é fundamental na ICC. Este trabalho teve como objetivo verificar os resultados obtidos através da utilização do treinamento intervalado de alta intensidade (HIIT) no tratamento da ICC. Foram selecionados 6 artigos publicados entre 2017 a 2022. Os resultados foram que o HIIT na ICC demonstrou-se ser seguro, promove melhora na capacidade aeróbica, melhora a qualidade de vida e aumenta a capacidade do consumo de oxigênio pico (VO₂pico) no paciente.

PALAVRAS-CHAVE: insuficiência cardíaca crônica, treinamento aeróbico, treinamento intervalado de alta intensidade

ABSTRACT

Heart failure is a long-term chronic illness, although it can sometimes develop suddenly. It can affect only one side of the heart and is called, depending on the case, right heart failure or left heart failure. In Brazil, the most common cause of heart failure is coronary artery disease (CAD), in which we will have a narrowing of the coronary vessels, which are responsible for bringing oxygen to the heart muscle, due to the presence of fatty plaques, which can lead to ischemia and infarction. Changes in heart valves, uncontrolled blood pressure levels, inflammation of the heart muscle, Chagas disease and other causes can also lead to this clinical condition. Chronic heart failure (CHF) is a pathology that affects the patient in a progressive and persistent way, where the heart is not able to pump blood adequately to the entire body. It occurs due to a failure in systolic function, abnormality in diastolic function, or both. Cardiac rehabilitation is essential in CHF. This work aimed to verify the results obtained through the use of high intensity interval training (HIIT) in the treatment of CHF. Six articles published between 2017 and 2022 were selected. The results were that HIIT in CHF was shown to be safe, promotes improvement in aerobic capacity, improves quality of life and increases the capacity of peak oxygen consumption (VO₂peak) capacity in the patient.

KEYWORDS: aerobic training, chronic heart failure, high intensity interval training

Análise da evolução da Covid19 em pacientes com diagnóstico de doença pulmonar obstrutiva crônica

Analysis of the evolution of Covid19 in patients diagnosed with chronic obstructive pulmonary disease

Almeida Danilo Ferreira^a, Amaral Tatiane Fernanda Delcideo^b, Viviani, Alessandra Gasparello^c, Leandro, Juliana Duarte^c

a: Discente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU) – São Paulo, SP.

b: Preceptor do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU) – São Paulo, SP.

c: Docente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU) – São Paulo, SP.

RESUMO

A doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) é caracterizada pela obstrução incessante ao fluxo aéreo e exacerbações por infecções virais. Tendo em vista, a pandemia pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2), declarada em 2020, as pessoas com DPOC ficaram suscetíveis à infecção. Esse vírus acessa a célula hospedeira por meio da enzima conversora de angiotensina 2 (ECA2) que age como um receptor para a proteína estrutural S (spike) do SARS-CoV-2. A expressão de ECA2 é observada em maiores concentrações em pessoas com DPOC e pode estar correlacionada a um desfecho quatro vezes maior de gravidade da Covid19. Diante disso, essa pesquisa visa analisar o risco de contaminação por SARS-COV-2 em pessoas com DPOC e identificar as principais sequelas da Covid19 nessa população. Trata-se de uma revisão bibliográfica realizada na base de dados Pubmed, incluindo publicações entre 2020 e 2022. Verificou-se que a DPOC está associada a um risco até cinco vezes maior de infecção grave por Covid19, resultando em altas taxas de mortalidade nessa população. As sequelas da Covid19 em pacientes com DPOC ainda não são claras. No entanto, a função pulmonar reduzida já foi identificada em pessoas, previamente saudáveis, após a infecção pelo coronavírus, assim como fadiga, falta de ar e fraqueza muscular. Conclui-se que pessoas com DPOC têm maior risco de desenvolver quadros graves de Covid19, com sequelas que podem piorar, ainda mais, sua função pulmonar, além do risco de consequências sistêmicas.

PALAVRAS-CHAVE: covid19, doença pulmonar obstrutiva crônica, gravidade do paciente

ABSTRACT

Chronic obstructive pulmonary disease (COPD) is characterized by incessant airflow obstruction and exacerbations by viral infections. In view of the pandemic caused by the new coronavirus (SARS-CoV-2), declared in 2020, people with COPD became susceptible to infection. This virus accesses the host cell through the angiotensin-converting enzyme 2 (ACE2) that acts as a receptor for the SARS-CoV-2 structural protein S (spike). ACE2 expression is seen at higher concentrations in people with COPD and may be correlated with a fourfold increased severity outcome of Covid19. Therefore, this research aims to analyze the risk of contamination by SARS-COV-2 in people with COPD and identify the main sequelae of Covid19 in this population. This is a literature review carried out in the Pubmed database, including publications between 2020 and 2022. It was found that COPD is associated with an up to five times greater risk of serious infection by Covid19, resulting in high mortality rates in this population. The sequelae of Covid19 in COPD patients are still unclear. However, reduced lung function has already been identified in previously healthy people after infection with the coronavirus, as well as fatigue, shortness of breath and muscle weakness. It is concluded that people with COPD are at greater risk of developing severe cases of Covid19, with sequelae that can further worsen their lung function, in addition to the risk of systemic consequences.

KEYWORDS: covid-19, patient acuity, pulmonar disease chronic obstrutive

Ventilação não invasiva associada a exercícios físicos no tratamento da doença pulmonar obstrutiva crônica

Non-invasive ventilation associated with physical exercise in the treatment of chronic obstructive pulmonary disease

Silva, João Victor Cavalcante Zanotti^a, Pereira, Victor César Silva^a,
Viviani, Alessandra Gasparello^b, Leandro, Juliana Duarte^b

a: Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

A doença pulmonar obstrutiva crônica é caracterizada por obstrução irreversível das vias aéreas, resultando em sintomas como tosse crônica, dispnéia ao esforço e intolerância ao exercício físico. A inflamação, hipersecreção de muco, contração da musculatura lisa das vias aéreas, espessamento da parede brônquica, perda de retração elástica pulmonar e a destruição alveolar levam à limitação do fluxo de ar, à inadequada relação ventilação-perfusão e à hiperinsuflação pulmonar. Além de comprometer os pulmões, também gera consequências sistêmicas importantes para o sistema muscular e o cardiovascular. A ventilação não invasiva tem sido utilizada em pacientes com doença pulmonar obstrutiva crônica durante o exercício. O objetivo do estudo foi apresentar os efeitos da ventilação não invasiva associada a exercícios físicos no tratamento da doença pulmonar obstrutiva crônica. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica realizada nas bases de dados, PUBMED, Scielo e PeDRO. Foram consideradas publicações entre 2007 e 2022. A intervenção apresentou como resultado, melhora nos quadros de dispneia, estabilização de quadros de hipercapnia, estabilização da saturação periférica de oxigênio e da pressão parcial de oxigênio, evidenciando a diminuição de quadros de hipoxemia, aumento da resistência ao exercício e diminuição da sensação de cansaço frente a esforços, proporcionando melhora na qualidade de vida.

PALAVRAS-CHAVE: doença pulmonar obstrutiva crônica, exercícios físicos, ventilação não invasiva

ABSTRACT

Chronic obstructive pulmonary disease is characterized by irreversible airway obstruction, resulting in symptoms such as chronic cough, dyspnea on exertion, and exercise intolerance. Inflammation, mucus hypersecretion, airway smooth muscle contraction, bronchial wall thickening, loss of lung elastic recoil, and alveolar destruction lead to airflow limitation, inadequate ventilation-perfusion ratio, and lung hyperinflation. In addition to compromising the lungs, it also generates important systemic consequences for the muscular and cardiovascular systems. Noninvasive ventilation has been used in patients with chronic obstructive pulmonary disease during exercise. The aim of the study was to present the effects of non-invasive ventilation associated with physical exercise in the treatment of chronic obstructive pulmonary disease. This is a bibliographic research carried out in the databases PUBMED, Scielo and PeDRO. Publications between 2007 and 2022 were considered. The intervention resulted in improvement in dyspnea, stabilization of hypercapnia, stabilization of peripheral oxygen saturation and partial pressure of oxygen, evidencing a decrease in hypoxemia, increased resistance to exercise and decrease the feeling of tiredness in the face of efforts, providing an improvement in the quality of life.

KEYWORDS: chronic obstructive pulmonary disease, noninvasive ventilation, physical therapy modalities, physical exercises

Prevalência da incontinência urinária de esforço em esportes de alto rendimento

Prevalence of stress urinary incontinence in high performance sports

Cagnani, Gabriela Navarro^a, Novais, Douglas Vinícius^a, Silva, Flávia Nascimento^b, Manzoni, Ana Carolina^c

a: Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c: Docente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

A incontinência urinária feminina caracteriza-se pela perda de urina de forma involuntária. A sua frequência aumenta com a idade, surgindo habitualmente em mulheres a partir dos 40 anos. Esta condição, apesar de benigna, pode diminuir significativamente a qualidade de vida, a autoestima e limitar significativamente as atividades do dia a dia, condicionando o bem-estar geral e levando muitas vezes a síndromes depressivas. A paciente vive com medo constante de ter perdas, de que estas sejam notadas pelos outros; receiam que as pessoas que a rodeiam sintam o cheiro da urina, evitando muitas vezes sair de casa ou até realizar as atividades mais básicas e simples do dia a dia, sabendo que estas podem desencadear perdas de urina. A International Continence Society define a Incontinência Urinária como qualquer perda involuntária de urina. Essa pesquisa teve como objetivo identificar a prevalência da Incontinência Urinária de Esforço (IUE) em atletas e determinar qual modalidade esportiva está mais predisposta a desenvolver a IUE. Foi realizada uma pesquisa bibliográfica nas bases de dados PubMed, Scielo, PEDro, LILACS e Bireme, sendo selecionadas sete publicações. Verificou-se modalidades esportivas comuns entre os artigos, apontando valores estatisticamente significativos entre atletismo, vôlei, ginástica rítmica, trampolim e handebol. A prevalência da IUE varia de acordo com a intensidade do exercício praticado, relacionada as forças de reação ao impacto do solo.

PALAVRAS-CHAVE: assoalho pélvico, incontinência urinária, assistência integral à saúde da mulher

ABSTRACT

Female urinary incontinence is characterized by the involuntary loss of urine. Its frequency increases with age, usually appearing in women over 40 years of age. This condition, although benign, can significantly decrease quality of life, self-esteem and significantly limit day-to-day activities, conditioning general well-being and often leading to depressive syndromes. The patient lives in constant fear of having losses, that they will be noticed by others; they are afraid that people around them will smell the urine, often avoiding leaving the house or even carrying out the most basic and simple activities of daily living, knowing that these can trigger urine leakage. The International Continence Society defines Urinary Incontinence as any involuntary loss of urine. This research aimed to identify the prevalence of Stress Urinary Incontinence (SUI) in athletes and determine which sport is more predisposed to develop SUI. A bibliographic research was made in the PubMed, Scielo, PEDro, LILACS and Bireme databases, with seven publications being selected. There were common sports modalities among the articles, indicating statistically significant values between athletics, volleyball, rhythmic gymnastics, trampoline and handball. The prevalence of SUI varies according to the intensity of the exercise practiced, related to reaction forces of the impact on the ground.

KEYWORDS: pelvic floor, urinary incontinence, comprehensive health care

Eficácia da drenagem linfática manual pós mastectomia

Effectiveness of manual lymphatic drainage post mastectomy

Nogueira, Francielly ^a, Silva, Kellen ^a, Nuvolini, Rosemeyre ^b, Mendonça, Sandra ^c

a: Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Preceptora do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c: Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

A drenagem linfática é uma técnica de massagem que trabalha o sistema linfático, estimulando-o a trabalhar de forma rápida, movimentando a linfa até os gânglios linfáticos. Essa técnica foi desenvolvida em 1932 pelo terapeuta dinamarquês Vodder e sua esposa e, posteriormente, foi aprimorada, tornando-se popular. A drenagem linfática manual é uma técnica realizada nas vias linfáticas com o objetivo de drenar os líquidos excedentes, mantendo o controle hídrico dos espaços intersticiais. A intervenção precoce da fisioterapia, não só auxilia na prevenção como nas complicações pós-cirúrgicas, como também recupera as pacientes mais cedo para as atividades da vida diária, as causas para o câncer de mama são decorrentes da combinação de algumas condições, sendo elas a interação entre os fatores genéticos, meio ambiente e hábitos reprodutivos. Essa revisão tem como objetivo verificar a eficácia da drenagem linfática pós mastectomia. Foram realizadas pesquisas bibliográficas nos sites Scielo, LILACS, PubMed E PEDro, sendo selecionado quatro artigos. Foram utilizados artigos cujos pacientes eram do sexo feminino, sem distinção de idade e que realizaram a drenagem linfática manual pós-mastectomia. Conclui-se que a drenagem linfática manual pós mastectomia é uma técnica eficaz, mas não comprovou ter resultados superiores relevantes ao exercício ativo.

PALAVRAS-CHAVE: carcinoma da mama in situ, drenagem linfática manual, fisioterapia

ABSTRACT

Lymphatic drainage is a massage technique that works the lymphatic system, stimulating it to work quickly, moving the lymph to the lymph nodes. This technique was developed in 1932 by the Danish therapist Vodder and his wife and was later improved to become popular. Manual lymphatic drainage is a technique performed in the lymphatic pathways with the objective of draining excess fluids, maintaining fluid control of the interstitial spaces. The early intervention of physiotherapy not only helps in prevention as well as in post-surgical complications, but also recovers patients earlier for activities of daily living. Interaction between genetic factors, environment and reproductive habits. This review aims to verify the effectiveness of post-mastectomy lymphatic drainage. Bibliographic searches were carried out on the sites Scielo, LILACS, PubMed and PEDro, and four articles were selected. Articles whose patients were female, regardless of age and who underwent manual lymphatic drainage after mastectomy, were used. It is concluded that manual lymphatic drainage after mastectomy is an effective technique, but it has not been proven to have superior results relevant to active exercise.

KEYWORDS: breast carcinoma in situ, manual lymphatic drainage, physical therapy

Benefícios da fisioterapia no pós-operatório de transplante cardíaco

Benefits of physiotherapy in the post-operative heart transplantation

Silva, Patrícia Santos^a, Amaral, Tatiane Fernanda Delcídio^b, Vasconcelos, Luís Paulo^c

a. Discente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b. Preceptor do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c. Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

O transplante de coração consiste na substituição do coração por outro, vindo de um doador que esteja com morte cerebral, que não possua doença e alterações cardíacas e que seja compatível com a pessoa que tem um problema cardíaco potencialmente fatal. Esta cirurgia é indicada quando a condição do coração já é bem grave, e quando outras possibilidades de tratamento não tiveram sucesso e por isso, o paciente passa a ter um risco elevado de morte. O transplante cardíaco é a melhor forma terapêutica quando se fala em insuficiência cardíaca terminal, visando a melhora do paciente hemodinamicamente e pensando na reabilitação desses pacientes após o procedimento, o objetivo deste estudo foi verificar os efeitos benéficos que a fisioterapia proporciona após o procedimento de transplante cardíaco. Para obter uma resposta, foi realizada uma busca de artigos sobre a reabilitação em um período de 10 anos e os resultados foram significativos e eficazes nas reabilitações realizadas, mostrando excepcionalmente que o treino intervalado de alta intensidade em pacientes transplantados tem uma boa resposta para reabilitação precoce.

PALAVRAS-CHAVE: fisioterapia, reabilitação cardíaca, transplante de coração

ABSTRACT

Heart transplantation consists of replacing the heart with another, coming from a donor who is brain dead, who does not have heart disease and changes and who is compatible with the person who has a potentially fatal heart problem. This surgery is indicated when the heart condition is already very serious, and when other treatment possibilities have not been successful and therefore, the patient has a high risk of death. Heart transplantation is the best therapeutic approach when it comes to end-stage heart failure, aiming at hemodynamically improving the patient and thinking about the rehabilitation of these patients after the procedure, the objective of this study was to verify the beneficial effects that physical therapy provides after the transplant procedure. heart. To obtain an answer, a search for articles on rehabilitation was carried out over a period of 10 years and the results were significant and effective in the rehabilitations performed, exceptionally showing that *High Intensity Interval Training* in transplant patients has a good response for early rehabilitation.

KEYWORDS: physiotherapy, cardiac rehabilitation, heart transplantation

Prevenção de quedas em idosos: uma revisão de literatura

Prevention of falls in the elderly and aging: a literature review

Amaral, Cintia Oliveira^a, Santos, Flávia Oliveira^a, Viviani, Alessandra Gasparello^b,
Leandro, Juliana Duarte^b

a: Discente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Docente do Curso de Fisioterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

Entende-se por queda, “o contato não intencional com a superfície de apoio, resultante da mudança de posição do indivíduo para um nível inferior à sua posição inicial sem que tenha havido fator intrínseco determinante ou acidente inevitável e sem perda de consciência”. Pessoas de todas as idades apresentam risco de sofrer queda, nos idosos o evento “queda” possui um significado muito relevante, pois podem levá-lo à incapacidade, injúria até mesmo a morte, no Brasil a prevalência de quedas é de 27,6% em idosos que vivem na comunidade. O objetivo deste estudo é identificar os fatores de risco de quedas em idosos e analisar estratégias utilizadas para prevenção de quedas. Foi realizada uma pesquisa bibliográfica nas bases de dados Pubmed e SciElo, sendo selecionados dezoito artigos para a revisão. Queda envolve fatores de risco intrínsecos e extrínsecos que são classificados em quatro dimensões: biológicos, socioeconômicos, comportamentais e ambientais. E embora muito se fale sobre as consequências físicas e os impactos sociais que esse evento pode trazer sobretudo no sistema de saúde, a queda também envolve aspectos emocionais, como o constrangimento com o evento e a ansiedade pelo risco de cair novamente, tornando-se necessário o reconhecimento dos grupos mais vulneráveis e com maior risco de sofrer queda, com isso medidas de prevenção e promoção de saúde são importantes instrumentos para diminuir a ocorrência desses eventos e minimizar as complicações secundárias.

PALAVRAS-CHAVE: idoso, fisioterapia, saúde do idoso

ABSTRACT

A fall is understood as "the unintentional contact with the support surface, resulting from the change of the individual's position to a lower level than his initial position without there having been an intrinsic determining factor or inevitable accident and without loss of consciousness". People of all ages are at risk of falling, in the elderly the fall event has a very relevant meaning, as can lead to disability, injury and even death, in Brazil the prevalence of falls is 27.6% in the elderly who live in the community. The objective of this study is to identify risk factors for falls in the elderly and to analyze strategies used to prevent falls. A bibliographic search was carried out in the Pubmed and SciElo databases, and eighteen articles were selected for review. Falls involve intrinsic and extrinsic risk factors that are classified into four dimensions: biological, socioeconomic, behavioral and environmental. And although much is said about the physical consequences and social impacts that this event can bring, especially on the health system, the fall also involves emotional aspects, such as embarrassment with the event and anxiety about the risk of falling again, making it necessary the recognition of the most vulnerable groups and those at greater risk of falling, thus prevention and health promotion measures are important instruments to reduce the occurrence of these events and minimize secondary complications.

KEYWORDS: aged, health of the elderly, physical therapy

Eficácia da cinta estabilizadora de lombar na prevenção de lesões relacionadas a prática de exercícios resistidos específicos

Effectiveness of the lumbar stabilizing strap in the prevention of injuries related to the practice of specific resistance exercises

Levcovihc, Laiane Jéssica^a, Benevides, Marcello Penteadó de Sá^b, Martinez, Emília Cardoso^c

a: Discente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas

b: Discente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas

c: Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas

RESUMO

A cinta lombar é amplamente usada por atletas, em exercícios de levantamento de peso, com a intenção de aumentar a estabilização do tronco e diminuir a compressão das vértebras. Realizado com o método de revisão bibliográfica, encontrou-se que o uso da cinta rígida, quando utilizada em conjunto à manobra de Valsalva, nos levantamentos de peso, gera uma diminuição da compressão entre as vértebras da coluna e diminuição da ativação muscular dos extensores da coluna. Conclui-se que a cinta abdominal rígida apresenta eficácia na prevenção de lesões na coluna lombar, quando utilizada junto com a manobra de Valsalva, em cargas próximas a 1RM quando a musculatura estará sujeita a não ter a capacidade de realizar sua função de força e estabilização.

PALAVRAS-CHAVE: fisioterapia, dor lombar, levantamento de peso

ABSTRACT

The lumbar belt is widely used by athletes, professional and amateurs, in weightlifting and powerlifting exercises, with the belief that it would increase trunk stabilization and decrease axial compression. The purpose of this study is to determine the efficiency of this device in low-back injuries prevention related to weightlifting exercises. This study, realized with a bibliographic review method, found that the use of a lumbar belt, when used together with the Valsalva maneuver, in weightlifting tasks, decreases axial compression of the spine and activation of the lumbar extensors. Conclusion: A rigid lumbar belt is effective in preventing injuries in the lumbar spine, only when used together with the Valsalva maneuver and when lifting weights close to 1MR, when the musculature will be subjected to not being able to stabilize the spine.

KEYWORDS: physical therapy, low back pain, weightlifting

Incidência de lesões no futebol de campo

Incidence of injuries in field football

Godoy, Wesley Miranda^a, Silva, Felipe Ferreira^b, Leandro, Juliana Duarte^c

a: Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

b: Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

c: Docente e coordenadora do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU

RESUMO

O futebol, além de ser o esporte mais praticado no mundo, é considerado uma atividade de alto risco para lesões. As frequentes mudanças de direção, os sprints em velocidade máxima e o contato quase que contínuo com os atletas adversários fazem com que as lesões traumáticas sejam frequentes. Por outro lado, a demanda física é bastante elevada, fazendo com que as lesões por esforços repetitivos, ou overuse, também sejam comuns. As principais lesões estão localizadas nos membros inferiores e podem ser ocasionadas por contato direto com ou sem contato com o adversário – as chamadas lesões indiretas, ou seja, situações nas quais o jogador se lesiona sozinho. O futebol é a modalidade esportiva mais praticada no mundo e contam com mais de 400 milhões de adeptos. Nos últimos anos, com o avanço de novos recursos, seja tecnológico ou manuais o futebol passou por uma reformulação onde passaram a obter melhores resultados. Um jogador lesionado para o clube não é benéfico, pois ele pode acabar perdendo jogos importantes durante a temporada. O objetivo desse trabalho foi identificar qual a maior incidência de lesões no futebol de campo e quais são os tipos de lesões, através de uma revisão da literatura. Os achados deste estudo indicam uma maior incidência de lesões no futebol de campo, nos membros inferiores e os tipos de lesões mais presentes são as distensões musculares.

PALAVRAS-CHAVE: futebol, fisioterapia, entorse

ABSTRACT

Football, in addition to being the most practiced sport in the world, is considered a high-risk activity for injuries. Frequent changes of direction, sprints at maximum speed and almost continuous contact with opposing athletes make traumatic injuries frequent. On the other hand, the physical demand is quite high, making repetitive strain injuries, or overuse, also common. The main injuries are located in the lower limbs and can be caused by direct contact with or without contact with the opponent - the so-called indirect injuries, that is, situations in which the player is injured alone. Soccer is the most played sport in the world and has more than 400 million fans. In recent years, with the advance of new resources, whether technological or manual, soccer has undergone a reformulation where they began to obtain better results. An injured player is not beneficial for the club, as he may end up missing important games during the season. The objective of this paper is to identify which is the highest incidence of injuries in field soccer and what are the types of injuries, through a literature review. The findings of this study indicate a higher incidence of injuries in field soccer, in the lower limbs and the most present types of injuries are muscle sprains.

KEYWORDS: soccer, physical therapy, avulsion