



ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NA TENDINOPATIA PATELAR CRÔNICA: EVIDÊNCIAS DA LITERATURA

APPROACH PHYSICAL THERAPY IN CHRONIC PATELLAR TENDINOPATHIES: EVIDENCE FROM THE LITERATURE

**CAROLINE PEREIRA DE REZENDE¹, JAQUELINE LOMÔNACO LEMOS¹;
LUÍS HENRIQUE SALES OLIVEIRA².**

INTRODUÇÃO

Todos os tendões têm as características físicas básicas de alta resistência à tensão, superfície lisa, podendo variar em espessura, comprimento e forma (BUTLER, 1985; SMITH; WEBBON, 1996). Eles transmitem energia da contração muscular ao esqueleto para produzir movimento e são indispensáveis no cotidiano de um indivíduo.

O tendão patelar é formado por tecido conectivo composto por células e pela matriz extracelular. Esta última, por sua vez, é formada por densas camadas de fibras de colágeno e pela substância fundamental (KRIKENDALL; GARRET, 1997, GROSS, 1992, KHAN, 1999). Os tendões conseguem resistir a uma deformação até um determinado ponto, mas quando a qualidade e a quantidade das tensões excedem os limites dessas deformações as respectivas estruturas entram em ruptura (GROSS, 1992, KHAN, 1999, O'BRIEN, 1992). A tendinose patelar é uma degeneração excessiva do tendão patelar e ocorre por sobrecarga excessiva sobre o tendão. Esse tipo de lesão vem acometendo desde atletas até a população em geral.

A Fisioterapia é uma modalidade terapêutica que visa reabilitar estruturas, trazendo de volta a funcionalidade normal do corpo humano. Os exercícios terapêuticos têm sua eficácia comprovada através de revisões sistemáticas (WASIELEWKI; KOTSKO, 2007). Através de técnicas manuais, o tratamento conservador sobre as tendinopatias consiste em: Crioterapia, Eletrotermofototerapia, correção biomecânica de fatores predisponentes, Cinesioterapia e Pompages.

MÉTODO

Para este estudo de evidências da literatura, estão sendo realizados levantamentos bibliográficos nas bases de dados Bireme, Pubmed e Lilacs no período de 01/01/1980 à 01/01/2012 e utilizando associações das palavras chaves: tendinopatia, tendinose, tendinite e tendão patelar. Serão considerados documentos válidos para este estudo, artigos publicados em periódicos nacionais e internacionais com classificação A ou B no Qualis CAPES.

¹ Alunas de graduação do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Itajubá - FEPI

² Professor do Centro Universitário de Itajubá - FEPI

RESULTADOS PRELIMINARES

Os resultados estão sendo analisados e sequenciados conforme Tabela abaixo:

ARTIGO	PERIÓDICO	ANO	OBJETIVO	METOLOGIA	CONCLUSÃO
Repercussões do Tratamento Fisioterapêutico na Instabilidade Femoropatelar.	Perspectiva online v. 4; N. 15.	2010	Avaliar a evolução do tratamento fisioterapêutico, através de recursos de terapia manual e eletrotermofototerápicos em uma paciente com HD: de instabilidade femoropatelar esquerda.	Relato de Caso: protocolo de técnicas de terapia manual e eletrotermofototerapia em uma paciente de 35 anos com HD: instabilidade femoropatelar, 2 x na semana, totalizando 14 atendimentos, 1 avaliação e 1 reavaliação (após o sétimo atendimento).	O tratamento fisioterapêutico demonstrou ser bastante eficiente na reabilitação da paciente, proporcionando melhor qualidade de vida e funcionalidade à mesma.

ARTIGO	PERIÓDICO	ANO	OBJETIVO	METOLOGIA	CONCLUSÃO
Eccentric Training Improves Tendon Biomechanical Properties: A Rat Model.	JOURNAL OF ORTHOPAEDIC RESEARCH	2013	Definir melhor as alterações biomecânicas e histológicas que afetam tendão saudável após exercício excêntrico e concêntrico.	Este estudo comparou os efeitos de dois métodos de treinamento (excêntrico e concêntrico) com ratos sedentários. Os animais foram treinados durante um período de 5 semanas. Os tendões do tríceps, patelar, e Aquiles foram removidos e analisados histologicamente.	Este estudo demonstra que as propriedades mecânicas dos tendões em ratos saudáveis melhora após treinamento específico e que um programa de treinamento excêntrico é mais benéfico do que um programa de treinamento concêntrico.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. BUTLER H.C., **Surgery of tendinous injuries and muscle injuries.** In: Newton CD. p. 203-204, 1985.
2. GROSS, M. - **Chronic Tendinitis: Pathomechanics of Injury, Factors Affecting the Healing Response, and Treatment.** J Orthop Sports in Phys Ther, Vol. 16 n° 6, pp 248-26, 1992.
3. KHAN, K. *et al.* - **Histopathology of Common Tendinopathies- Update and Implications for Clinical Management.** Sports Med, Vol.27 n°6, pp. 393-404, 1999.
4. KRIKENDALL, D. & GARRETT, W. - **Function and biomechanics of tendons.** Scan J Med Sci Sports, n°7, pp. 62-66, 1997.
5. O'BRIEN, M. - **Funcional Anatomy and Physiology of Tendons.** In: **Clinics in Sports Medicine.** Dublin Ed. pp 505-520,1992.
6. SMITH R.K.W., WEBBON P.M., **Physiology of normal tendon and ligament in: dubai international equine symposium, proceeding of dubai.** p. 55-81, 1996.
7. WASIELEWSKI N.J., KOTSKO K.M. **Does eccentric exercise reduce pain and improve strength in physically active adults with symptomatic lower extremity tendinosis? A systematic review.** J Athl Train;42:409-21, 2007.