

## A COMPARAÇÃO DOS PROGRAMAS DE FISIOTERAPIA AQUÁTICA E EXERCÍCIOS NO AMBIENTE TERRESTRE ASSOCIADOS À LASERTERAPIA DE BAIXA POTÊNCIA NA PERCEPÇÃO DA DOR, FLEXIBILIDADE E ATIVIDADES DE VIDA DIÁRIA EM IDOSOS COM OSTEOARTROSE DE JOELHO: ENSAIO CLÍNICO RANDOMIZADO

Rayssa Verzenhassi<sup>1</sup>. Rodrigo Leal de Paiva Carvalho<sup>2</sup>. Joyce Camilla Saltorato<sup>3</sup>.

<sup>1</sup>Centro de Ciências da Saúde – Universidade do Sagrado Coração –

[rayssaverzenhassi@hotmail.com](mailto:rayssaverzenhassi@hotmail.com)

<sup>2</sup>Pró-reitoria de Pesquisa e Pós-graduação – Universidade do Sagrado Coração

[rodrigo.carvalho@usc.br](mailto:rodrigo.carvalho@usc.br)

<sup>3</sup>Centro de Ciências da Saúde – Universidade do Sagrado Coração –

[joycesaltorato1@gmail.com](mailto:joycesaltorato1@gmail.com)

Tipo de pesquisa: Iniciação Científica com bolsa

Agência de fomento: FAP/USC

Área do conhecimento: Saúde – Fisioterapia

O envelhecimento leva ao aumento da incidência de doenças crônico-degenerativas, diminuindo qualidade de vida. Dentre essas doenças destaca-se a osteoartrose (OA). A OA de joelho é uma doença crônica reumática degenerativa de caráter inflamatório, caracterizada por alterações na cartilagem articular, tecidos moles e ossos, associada à dor, rigidez e progressiva perda de função. A laserterapia tem como mecanismo de ação, efeitos fisiológicos relacionados ao metabolismo em tecidos moles, aumento da síntese de ATP e função mitocondrial, aumento de neurotransmissores implicados na modulação da dor e do processo inflamatório. Objetivo: Avaliar efeitos da laserterapia previamente à programas de fisioterapia aquática ou no solo, na dor (Escala Visual Analógica), flexibilidade (banco de Wells) e atividades de vida diária (WOMAC) em idosos com OA de joelho. Metodologia: indivíduos maiores de 60 anos, diagnóstico de OA de joelho, alocados em dois grupos: grupo aquático (GA) e grupo solo (GS). Os programas de intervenção duraram 12 semanas, três dias por semana e 50 minutos a sessão. A laserterapia foi aplicada previamente aos programas. Avaliação: Aplicação do índice de WOMAC, avaliação da flexibilidade e análise da dor através da aplicação da escala visual analógica (EVA). Resultados: Nas avaliações abaixo, o grupo água (GA) apresentou diferença estatisticamente significativa, quando comparado o momento pós com o pré-intervenção: WOMAC Score total apresentando mediana de 25 pontos (pós) e 35 pontos (pré), no domínio rigidez ( $1.42 \pm 0.78$ ) pós e ( $2.57 \pm 1.39$ ) pré, no domínio função física ( $15.29 \pm 6.13$ ) pós e ( $30.14 \pm 9.22$ ) pré, na dor (VAS) ( $5.14 \pm 1.95$ ) pós e ( $12 \pm 3.60$ ) pré e na flexibilidade ( $32,64 \pm 6,68$ ) pós e ( $27,43 \pm 6,95$ ) pré. Concluiu-se que associação da intervenção aquática com laserterapia foi mais efetiva na melhora de osteoartrite de joelho quando comparado à intervenção no solo associado à laserterapia.

**Palavras-chave:** Fisioterapia. Terapia a laser de baixa potência. Osteoartrose. Idoso.