

EFETIVIDADE DA FISIOTERAPIA AQUÁTICA E DO TREINAMENTO FÍSICO NO SOLO NA DOR CRÔNICA, APTIDÃO FUNCIONAL E QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS COM OSTEOARTRITE DE JOELHO: ENSAIO CLÍNICO CONTROLADO ALEATÓRIO

Ana Carolina Fonseca¹. Thais Fernanda Bôscoa². Mirella Regina Gonçalves³. Guilherme Eleutério Alcalde⁴. Eduardo Aguilar Arca⁵.

¹Centro de Ciências da Saúde – Universidade do Sagrado Coração –
ana_c_fon@htomail.com

²Centro de Ciências da Saúde – Universidade do Sagrado Coração –
thaisinha20047@hotmail.com

³Centro de Ciências da Saúde – Universidade do Sagrado Coração –
mirella-regina@hotmail.com

⁴Pró-reitoria de Pesquisa e Pós-graduação – Universidade do Sagrado Coração –
geafisio@hotmail.com

⁵Pró-reitoria de Pesquisa e Pós-graduação – Universidade do Sagrado Coração –
eduardo.arca@usc.br

Tipo de pesquisa: Iniciação Científica com bolsa

Agência de fomento: FAP/USC

Área do conhecimento: Saúde – Fisioterapia

A alta prevalência da osteoartrite de joelho (OA) e seu impacto na função e na qualidade de vida justificam a importância no desenvolvimento de pesquisas sobre estratégias de prevenção e de tratamento para essa condição clínica. O objetivo do estudo foi comparar os efeitos da fisioterapia aquática e do treinamento físico no solo na dor crônica, rigidez articular, função física, flexibilidade, equilíbrio dinâmico e qualidade de vida em idosos com OA de joelho. Trata-se de um ensaio clínico controlado aleatório, paralelo, aberto, com três braços. Após a triagem, os idosos foram randomizados e alocados em três grupos: GA - grupo aquático; GS - grupo solo e GC - grupo controle (sem intervenção). Para avaliação da capacidade funcional foi utilizado o TUG, flexibilidade foi aplicado o teste de sentar e alcançar, qualidade de vida foi aplicado o WHOQOL-bref, dor, rigidez articular e função física foi usado o WOMAC. Os programas de intervenção tiveram duração de 12 semanas, sendo constituídos por exercícios aeróbios e funcionais em forma de circuito de treinamento. Foi aplicado o teste t de Student para amostras independentes para comparação dos grupos e amostras pareadas para comparação dos momentos. Para a análise das medidas repetidas foi utilizada a ANOVA com *post-hoc* de Tukey ($\alpha = 5\%$). Em ambos os grupos de intervenção houve redução da dor, aumento da flexibilidade e melhora do equilíbrio dinâmico. No GS reduziu a rigidez articular e no GA melhorou a qualidade de vida no domínio ambiental. Na comparação entre os grupos, não houve diferença entre o GA e o GS, porém, os resultados de ambos foram superiores ao GC nos momentos pós-intervenção. Conclui-se que ambos os programas de intervenção foram eficaz na redução da dor, aumento da flexibilidade e melhora do equilíbrio dinâmico em idosos com OA de joelho.

Palavras-chave: Hidroterapia. Terapia por Exercício. Amplitude de Movimento Articular. Qualidade de Vida. Osteoartrite. Idoso.