



EX
PO
UL
BRA
2021

XXVII Salão de Iniciação Científica e Tecnológica



EFEITOS DE EXERCÍCIOS EXCÊNTRICOS ASSOCIADOS A EXERCÍCIOS DE ESTABILIZAÇÃO ESCAPULAR NA TENDINOPATIA DO SUPRAESPINHAL

RÉOS, Catieli da Costa¹; PEREIRA, Emanuella Dias¹; DOS SANTOS, Josué Nascente²; BRITO, Vicente de Almeida³.

Palavras-chave: Síndrome de colisão do ombro, Tendinopatia, Manguito rotador, Fisioterapia, Terapia por exercício

A tendinopatia do supra-espinal (TSE) é a disfunção mais frequente do manguito rotador. Associada ou como motivo desencadeador, a alteração escapular resulta em desequilíbrio do complexo do ombro. O uso de exercícios excêntricos (EEX) é bem documentado em tendinopatias, e exercícios de estabilização escapular (EES) visam melhorar o reequilíbrio escapulotorácico favorecendo a estabilização do ombro. O objetivo do trabalho foi o de comparar os efeitos de EEX associados a EES em indivíduos com TSE. Métodos: Trata-se de um ensaio clínico randomizado duplo cego, com 20 indivíduos com TSE, alocados aleatoriamente em grupo exercícios excêntricos (GEX) isolado, grupo exercícios estabilização escapular (GEESC) isolado e grupo exercícios excêntricos associados a exercícios de estabilização escapular (GEXESC). O protocolo de reabilitação contou com 10 intervenções realizadas três vezes por semana, totalizando quatro semanas. Foram avaliados o nível de dor, mobilidade, força muscular e funcionalidade, através de avaliações realizadas antes e após o tratamento. Resultados: Após quatro semanas, todos os grupos mostraram melhora nos escores de avaliação. O grupo GEX apresentou melhores resultados em comparação com os outros grupos no que diz respeito à mobilidade, força muscular e funcionalidade. Enquanto o grupo GEXESC apresentou discreta melhora do nível da dor, em relação aos demais grupos. No entanto, não houve diferença significativa intergrupos ($P > 0,05$). Conclusão: Os achados deste estudo demonstram que todos os grupos foram efetivos na melhora da dor, amplitude de movimento, força muscular e função, não havendo diferença significativa entre os grupos. No entanto, por se tratar de um estudo preliminar, não é possível estabelecer a intervenção mais eficaz para o manejo da TSE.

¹Acadêmicos de graduação, Curso de Fisioterapia, Universidade Luterana do Brasil, Torres, Brasil.

²Fisioterapeuta, Universidade Luterana do Brasil, Torres, Brasil.

³Professor, Curso de Fisioterapia, Universidade Luterana do Brasil, Torres, Brasil.

Sparpoli G. Supraspinatus tendon pathomechanics: a current concepts review. *International Journal Sports Physical Therapy*. 2018; 13: 1083-1094.

Abraham AC, Shah SA, Thomopoulos S. Targeting Inflammation in Rotator Cuff Tendon Degeneration and Repair. *Tech Shoulder Elbow Surg*. 2017; 18: 84-90.