

INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA EM PACIENTES COM MÚLTIPLAS LESÕES NO JOELHO: UM RELATO DE CASO

**NATHÁLIA LIMA NUNES¹; MATHEUS DO NASCIMENTO ALVES²;
FERNANDO CARLOS VINHOLES SIQUEIRA³; LISIANE PIAZZA LUZA⁴**

¹Universidade Federal de Pelotas 1 – Nathaliaimanunes1801@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – mnalves1999@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – fcvsiqueira@uol.com.br

⁴Universidade Federal de Pelotas – lisiane_piazza@yahoo.com.br

1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional e o aumento da expectativa de vida têm elevado a prevalência de dores e lesões nos joelhos, afetando milhões de pessoas no mundo, com maior incidência em mulheres (WEB-DESENVOLVIMENTO, 2022).

As principais lesões incluem ruptura do ligamento cruzado anterior (LCA), lesão do menisco medial, condropatia patelar e síndrome da Pata de Ganso, associadas à limitação funcional e instabilidade articular (KAMAT et al., 2022).

Em pessoas acima de 50 anos, a fisioterapia é uma abordagem conservadora eficaz para reduzir dor, restaurar função e prevenir instabilidade (KAMUDIN et al., 2020; EHLINGER et al., 2021).

Este estudo aborda a Fisioterapia Musculoesquelética na reabilitação funcional dessas lesões, fundamentado em literatura científica e diretrizes da OMS. O objetivo deste trabalho é relatar a evolução fisioterapêutica de uma paciente diagnosticada com ruptura LCA, menisco medial, condropatia patelar e lesão da pata de ganso, evidenciando os efeitos do tratamento sobre a dor, mobilidade, força muscular e qualidade de vida.

2. METODOLOGIA

O presente estudo, de natureza descritiva, com abordagem qualitativa e quantitativa, configura-se como relato de caso e foi desenvolvido na Clínica Escola de Fisioterapia da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), entre novembro de 2024 e fevereiro de 2025. Este foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Faculdade de Medicina da UFPEL sob parecer número 7.045.717 e todos participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

A paciente, do sexo feminino, 51 anos, apresentava ruptura total do LCA, lesão do menisco medial, condropatia patelar e lesão na pata de ganso no joelho esquerdo, sem histórico de cirurgia. Associava-se a esse quadro clínico a presença de comorbidades, como diabetes mellitus, AVC isquêmico e diagnóstico de depressão e ansiedade.

Foram realizadas 12 sessões fisioterapêuticas, com frequência de duas vezes por semana, conduzidas por acadêmicos do curso de Fisioterapia sob supervisão docente. A coleta de dados ocorreu por meio de ficha de avaliação fisioterapêutica, Escala Visual Analógica (EVA), Índice Algorítmico de Lequesne, questionário SF-36 e teste Timed Up and Go (TUG). O diagnóstico cinético-funcional evidenciou dor intensa, alodínia, fraqueza muscular de membros inferiores e tronco, limitação de amplitude de movimento, aderência patelar e instabilidade articular, comprometendo mobilidade, equilíbrio e funcionalidade. O plano terapêutico envolveu mobilizações articulares, técnicas analgésicas, exercícios isométricos e concêntricos, treino de equilíbrio e reeducação da marcha.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após seis semanas de intervenção fisioterapêutica, com frequência de duas sessões semanais, a paciente apresentou progressos nos aspectos funcionais, articulares e musculares do membro acometido.

A amplitude de movimento (ADM), avaliada por goniometria, demonstrou melhora significativa. No joelho esquerdo, observou-se aumento da flexão, mantendo extensão total. No joelho direito, a flexão evoluiu e a extensão diminuiu. Em relação à força muscular, avaliada pela Escala Kendall, os principais grupos musculares, especialmente no membro esquerdo aumentou (Tabela 1).

Tabela 1 – ADM ativa e grau de força muscular segundo a escala Kendall dos membros inferiores, pré e pós o tratamento fisioterapêutico.

Articulações e movimentos	Pré-intervenção		Pós-intervenção	
	ADM	Força muscular	ADM	Força Muscular
Quadril Esquerdo				
Flexão	100°	1	105°	4
Extensão	x	1	x	4
Rotação medial	30°	2	35°	4
Rotação Lateral	30°	2	37°	4
Quadril Direito				
Flexão	75°	2	110°	3
Extensão	x	2	x	4
Rotação Medial	20°	2	28°	4
Rotação Lateral	25°	2	34°	4
Joelho Esquerdo				
Flexão	90°	3	117°	4
Extensão	0°	3	0°	4
Joelho Direito				
Flexão	60°	3	115°	4
Extensão	10°	2	5°	3
Tornozelo esquerdo				
Dorsiflexão	80°	3	95°	4
Plantiflexão	45°	3	40°	4
Tornozelo Direito				
Dorsiflexão	78°	2	100°	4
Plantiflexão	30°	2	40°	3

X= Paciente não consegue realizar, pois sente dor. Fonte: Produção dos autores (2025).

Esses resultados estão de acordo com a literatura atual, como demonstrado por Alshewaiyer et al. (2016), que destacam a eficácia de programas fisioterapêuticos com foco em fortalecimento e mobilização para recuperação funcional em lesões articulares. A utilização de exercícios em cadeia cinética fechada, com progressão de carga controlada e recursos analgésicos, mostrou-se efetiva para restaurar a função muscular e a estabilidade articular, conforme apontado por Noia et al. (2021) e Soares & Livramento (2023).

No que se refere à qualidade de vida, os resultados dos questionários SF-36 e Lequesne demonstraram melhora perceptível. A pontuação do SF-36 evidenciou evolução refletindo impacto positivo também no bem-estar emocional. O Índice de Lequesne apresentou redução, sugerindo discreta melhora na percepção da dor e das limitações funcionais (Tabela 2).

Tabela 2. Pontuações totais dos questionários antes e após o tratamento fisioterapêutico.

Questionários	Pré-intervenção	Pós-intervenção
Lequesne	22 pontos	21 pontos
SF-36	<p>Funcionamento físico: 10.0 %</p> <p>Desempenho físico: 0.0 %</p> <p>Desempenho emocional: 0.0 %</p> <p>Vitalidade: 20.0 %</p> <p>Funcionamento social: 0.0 %</p> <p>Saúde mental: 28.0 %</p> <p>Dor: 0.0 %</p> <p>Saúde geral: 25%</p>	<p>Funcionamento físico: 55.0 %</p> <p>Desempenho físico: 0.0 %</p> <p>Desempenho emocional: 66.7 %</p> <p>Vitalidade: 80.0 %</p> <p>Funcionamento social: 37.5 %</p> <p>Saúde mental: 76.0 %</p> <p>Dor: 0.0%</p> <p>Saúde geral: 45%</p>

Questionário SF-36 (Short-Form Health Survey); Lequesne (Índice de Lequesne quadril e joelho). Fonte: Produção dos autores (2025).

Os resultados reforçam que as abordagens fisioterapêuticas considerem não apenas os aspectos físicos, mas também os fatores emocionais associados à dor crônica. A melhora nos domínios do SF-36 relacionados à saúde mental, dialoga com os achados de Messias et al. (2021), os quais possuem relação direta entre estados depressivos e amplificação da dor. Essas mudanças são resultados positivos ao estímulo terapêutico, com melhora da função muscular e do equilíbrio.

A análise do TUG, mostrou melhora relevante. O tempo de execução reduziu de 19 para 16 segundos, o que representa uma transição de risco moderado para um desempenho funcional mais seguro. Essa melhora está alinhada com evidências descritas na *Brazilian Journal of Health Review* (2022), que relatam a eficácia do treino de dupla tarefa na reabilitação de pacientes pós-AVC e com distúrbios de equilíbrio, como utilizado neste caso.

4. CONCLUSÕES

O presente estudo reforça a importância de intervenções fisioterapêuticas individualizadas e integrativas na reabilitação de lesões complexas do joelho. A principal contribuição deste trabalho está na aplicação de um protocolo que combina técnicas fisioterapêuticas. Essa abordagem demonstra potencial para otimizar a funcionalidade, promover autonomia e ampliar o escopo da atuação fisioterapêutica.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALSHEWAIER, S.; YEOWELL, G.; FATOYE, F. *The effectiveness of pre-operative exercise physiotherapy rehabilitation on the outcomes of treatment following anterior cruciate ligament injury: a systematic review*. **Clinical Rehabilitation**, London, v.31, n.1, p.34–44, 2016.
- EHLINGER, M.; PANISSET, J. C.; DEJOUR, D.; et al. *Anterior cruciate ligament reconstruction in the over-50s: a prospective comparative study between surgical and functional treatment*. **Orthopaedics & Traumatology: Surgery & Research**, Paris, v.107, n.8S, p.103039, 2021.
- KAMAT, Y.; et al. *Patellofemoral joint degeneration: a review of current management*. **Journal of Clinical Orthopaedics and Trauma**, Delhi, v.24, n.1, p.101690, 2022.
- KAMUDIN, N. A. F.; RANI, R. A.; YAHAYA, N. H. M. *Pes anserine syndrome in post knee arthroplasty: a rare case report*. **Journal of Clinical Orthopaedics and Trauma**, Delhi, v.11, n.1, p.171-174, 2020.

- MESSIAS, C. R.; CUNHA, F. A.; DA SILVA CREMASCO, G.; NUNES BAPTISTA, M. *Dor crônica, depressão, saúde geral e suporte social em pacientes fibromiálgicos e oncológicos*. **Revista Psicologia e Saúde**, Campo Grande (MS), 2021.
- NOIA, A. L. F.; ALVES, S. S.; MATOS, C. M. C. de; MILCENT, E. N. R. *Efeitos da cinesioterapia em pacientes no pós-operatório de reconstrução do ligamento cruzado anterior (LCA)*. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v.7, n.8, p.874–887, 2021.
- RAJ, M. A.; BUBNIS, M. A. *Lesões do menisco do joelho*. **StatPearls**, Ilha do Tesouro (FL), 17 jul. 2023. Acesso em: 27 jan. 2025. Online. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK431067/>.
- REIS, G. S.; SOUZA, J. de O. *Efeitos do treino de dupla tarefa na marcha e equilíbrio de indivíduos com acidente vascular cerebral: uma revisão sistemática na base de dados PEDro*. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v.5, n.1, p.458–473, 2022.
- SOARES, J. DA S.; LIVRAMENTO, R. A. *Lesão do ligamento cruzado anterior: os efeitos dos exercícios em cadeia cinética fechada no pós-cirúrgico*. **Revista Foco**, Curitiba, v.16, n.12, p.e3543, 2023.
- WEB-DESENVOLVIMENTO, I. Ferrer - Instituto de Ortopedia. *Pesquisa aponta que dores no joelho atingem 69% dos brasileiros*. Acesso em: 27 jan. 2025. Online. Disponível em: <https://institutoferrer.com.br/noticias/pesquisa-aponta-que-dores-no-joelho-atingem-69-dos-brasileiros/>.