

FORTALECIMENTO DO COMPLEXO POSTEROLATERAL VERSUS ANTEROMEDIAL DO QUADRIL EM PACIENTES COM OSTEOARTRITE SINTOMÁTICA DE JOELHO: ENSAIO CLÍNICO ALEATORIZADO

Autores

Helena Larissa das Neves Rodrigues¹ (autor apresentador) CPF 055.589.753-26 Isabel Oliveira Monteiro¹ Raíssa Grazielle de Oliveira Dantas¹ Priscila Lourinho Sales Porto¹ Amélia Pasqual Marques² Gabriel Peixoto Leão Almeida¹

Afiliação

¹Universidade Federal do Ceará- UFC ²Universidade de São Paulo- USP

Introdução: Exercícios são amplamente recomendados para pacientes com osteoartrite (OA) de joelho. Até o momento, existe carência de ensaios clínicos verificando as repercussões do fortalecimento dos estabilizadores do quadril nessa população. **Objetivo:** Verificar os efeitos do fortalecimento do complexo posterolateral versus anteromedial do quadril em pacientes com osteoartrite sintomática de joelho. **Métodos:** Trata-se de um ensaio clínico aleatorizado e avaliador cego, com 63 pacientes com OA de joelho divididos em dois grupos: Grupo Exercícios para Complexo Posterolateral do Quadril (GCPL) e Grupo Exercícios para Complexo Anteromedial (GCAM). Os desfechos clínicos avaliados foram: intensidade da dor avaliada pela Escala Numérica de Dor (END), capacidade funcional subjetiva pela Knee Injury and Osteoarthritis Outcome Score (KOOS) e avaliação da mobilidade funcional pelo Timed Get Up and Go Test (TGUG). Ambos os grupos realizaram aquecimento, alongamentos dos membros inferiores (MMII), terapia manual, exercícios de fortalecimento em extensão e flexão de joelho em cadeia cinética aberta e fechada, e exercício de flexão plantar. O GCPL acrescentou os exercícios de abdução do quadril em decúbito lateral (DL), Clam exercise e elevação pélvica e o GCAM, exercícios de adução do quadril em DL, adução bilateral com uma bola entre os MMII e diagonal funcional de membro inferior. Os exercícios foram realizados duas vezes por semana, com duração de seis semanas. Para a análise estatística foi utilizado o software SPSS 18.0 assumindo um valor de significância de 5% ($p < 0,05$). A diferença entre os grupos foi calculada por meio de modelos lineares mistos. A presente pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética (365/15) e está registrada no Clinical Trials (NCT02901964). **Resultados:** A amostra apresentou características homogêneas. Não houve diferença entre os grupos nas variáveis END ($p=0,683$), TGUG ($p=0,823$) e KOOS nas subescalas: dor ($p= 0,318$), sintomas ($p= 0,411$), função de vida diária ($p= 0,45$), função no esporte ($p=0,632$) e qualidade de vida ($p=0,886$). **Conclusão:** Os dois grupos apresentaram melhora significativa de todas as variáveis analisadas, entretanto o fortalecimento do complexo posterolateral do quadril não foi superior ao fortalecimento do complexo anteromedial do quadril em pacientes com OA de joelho sintomática.