

COMPARAÇÃO DE DIFERENTES MODALIDADES DE CRIOTERAPIA NO RESFRIAMENTO E REAQUECIMENTO SUPERFICIAL DA PELE: UM ESTUDO PILOTO

Autores

Daniela de Estéfani (1); Inaihá Laureano Benincá (1); João Carlos da Silva (1); Alessandro Haupenthal (1).

Afiliação

(1) Universidade Federal de Santa Catarina

A crioterapia é um recurso fisioterapêutico aplicado no tratamento de acometimentos dos tecidos moles em fase aguda e subaguda, apesar de muito utilizada não há consenso quanto a modalidade para maior resfriamento tecidual. Este estudo compara a eficácia de diferentes modalidades de crioterapia. Um voluntário realizou quatro visitas com intervalo de 24 horas, permaneceu deitado em decúbito dorsal por 20 minutos para estabilizar a temperatura corporal, sala climatizada a 25°C, e foram testadas as modalidades: 1- 0,5 kg de gelo e 500 mL de água, 2- 0,5 kg de gelo e 50 mL de água, 3- 0,5 kg de gelo e 4- 0,5 kg de batata congelada. As modalidades foram aplicadas no quadríceps por 20 minutos. Após aplicação foi verificado o reaquecimento da pele por 20 minutos. A temperatura da pele foi aferida com o termômetro infravermelho SKTI550. O resfriamento tecidual foi de: 3 °C, 5 °C, 8,5 °C, 16,6 °C no tempo zero, após 20 minutos foi de: 26 °C, 26,4 °C, 24,8 °C, 26,1 °C, respectivamente. É relatado que para efetividade da técnica a temperatura superficial da pele deve chegar a 13,6 °C. Como resultado notou-se que ambas as modalidades atingiram o valor esperado, exceto a batata congelada. Para o resfriamento tecidual as modalidades com água foram mais efetivas. Com base no resultado, a quantidade necessária de água pouco difere, desde que contida na aplicação.