Uma proposta de telerreabilitação de mulheres portadoras de disfunção musculoesquelética crônica

RESUMO

A incidência de disfunções musculoesqueléticas crônicas cresce e afeta a população, em especial, os joelhos de mulheres pela incapacidade de suportar peso, com a perda da qualidade de vida. Essa fisiopatologia revela-se pelo processo mecânico e/ou pelo envelhecimento da cartilagem articular. Nesse contexto, a terapia pelo exercício físico é considerada a abordagem padrão ouro, pois a fraqueza do músculo quadríceps femoral é definida como um fator de risco para osteoartrose no joelho. Frente à essa necessidade e à dificuldade de alcance aos serviços de atenção primária à saúde, a telessaúde poderá proporcionar mais possibilidades no campo da medicina física de acesso à reabilitação. O objetivo deste estudo foi comparar a proposta de um programa de telerreabilitação a um programa de reabilitação presencial, no tratamento de mulheres portadoras de disfunção musculoesquelética crônica, para desfechos relacionados à dor, à função física e à qualidade de vida. Após a aprovação do comitê de ética e a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido, foi realizado um ensaio clínico controlado com mulheres na faixa etária de 55 a 85 anos de idade, com diagnóstico médico de disfunção musculoesquelética (osteoartrose de joelho), alocadas em 2 grupos (randomização estratificada): grupo telerreabilitação (n=11) e grupo reabilitação presencial (n=11). Os grupos foram avaliados, presencialmente, por meio de questionário WOMAC (*Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index),* Escala de Autoeficácia para Controle da Dor Crônica (AEDC), escala de dor NRS (*Numeric Rating Scale)*, teste funcional TUG (*Timed Up and Go)* e avaliação de força muscular do quadríceps femoral e isquiotibiais por dinamometria isométrica. Todas as participantes foram submetidas a um protocolo de intervenção composto por exercícios de fortalecimento muscular, duas sessões por semana, durante o período de 12 semanas, e reavaliadas ao final de 24 sessões, sendo que o grupo telerreabilitação foi monitorado de maneira síncrona, via plataforma Google Meet, e o grupo reabilitação presencial, na clínica de fisioterapia da FIB (Faculdades Integradas de Bauru). Os resultados analisados estatisticamente (test t) para comparação de cada variável dependente entre os dois grupos de tratamento, com

nível de significância estabelecido em $p<0,05$, e análise de variância de dois critérios (ANOVA 2), sugeriram que as duas modalidades terapêuticas, telerreabilitação e reabilitação presencial, resultaram em melhoras clínicas significativas, sendo comparáveis desde a linha de base até três meses de tratamento. Concluiu-se que a telerreabilitação, quando comparada com a reabilitação presencial, como proposta de tratamento de disfunção musculoesquelética crônica, demonstrou não haver diferença entre os dois grupos, uma vez que ambos obtiveram melhoras relevantes, de acordo com o fator tempo de intervenção, com resultados estatisticamente importantes para todas as variáveis estudadas.

Palavras-chave: articulação do joelho; reabilitação; telemedicina; fisioterapia.