

Métodos terapêuticos para tratamento da condromalácia patelofemoral em atletas de alto desempenho

Bruna Fernanda Santos de Souza¹

Mariana Brito da Silva²

Emanuelle Francine Detogni Schmit³

Resumo: A condromalácia patelofemoral pode ser definida como uma doença cartilaginosa entre a patela e o fêmur, logo, esse termo se refere a uma doença da cartilagem, um tecido com quatro camadas rígidas que serve basicamente para absorver a energia cinética entre os ossos do joelho, essa articulação patelofemoral sofre uma sobrecarga naturalmente, mas, quando se trata de atletas com um alto desempenho, como corredores por exemplo, a carga é ainda maior, o que os predispõe ao desgaste precoce dessa cartilagem. Desta forma, uma vez com essa lesão na camada da cartilagem o desafio enfrentado por esse atleta é a cicatrização rápida, por ser um tecido com pouca vascularização o retorno é mais lento. Os sinais dessa patologia envolvem algia na região, derrame articular, estalidos e até mesmo atrofia muscular. O tratamento geralmente não é cirúrgico, são utilizadas aplicações de Ácido Hialurônico associado a um essencial tratamento Fisioterapêutico. A cirurgia é recomendada em casos de falha no tratamento não cirúrgico ou em traumas maiores, como luxação de patela. Diante do exposto, o objetivo deste estudo é apresentar os Métodos Terapêuticos possíveis para um eficaz tratamento Fisioterapêutico em atletas com o desenvolvimento de condromalácia patelofemoral por excesso de carga do mesmo. Podemos citar algumas terapias usadas para essa degeneração da cartilagem do joelho como: A Hidroterapia, sendo uma atividade terapêutica que consiste na realização de exercícios dentro da piscina de água aquecida, estudos realizados mostram a eficácia na diminuição no quadro algico, aumento de amplitude de movimento (ADM), além do ganho de força muscular; A Eletroestimulação também se faz uma aliada ao tratamento, sendo uma área da eletroterapia, é possível através dessa eletricidade auxiliar no tratamento. Entre as correntes mais utilizadas temos o TENS, responsável por colaborar no alívio da dor e acelerar o processo cicatricial, temos também o FES, onde uma de suas propriedades é ser um agente ativador da musculatura, com o intuito de melhorar a ação dos músculos dando estabilidade a musculatura; E a Cinesioterapia com a elaboração de exercícios e alongamentos para melhora da mobilidade e também aumento da vascularização, trazendo benefícios na cicatrização.

Palavras-chave: Cartilagem; Condromalácia; Atleta.

¹ Centro Universitário Cesuca. Graduanda do curso de Fisioterapia. E-mail: fernandabruna285@gmail.com

² Centro Universitário Cesuca. Graduanda do curso de Fisioterapia. E-mail: mariana.bsfisio@gmail.com

³ Centro Universitário Cesuca. Docente do curso de Fisioterapia. E-mail: emanuelle.schmit@cesuca.edu.br