

# Caso clínico

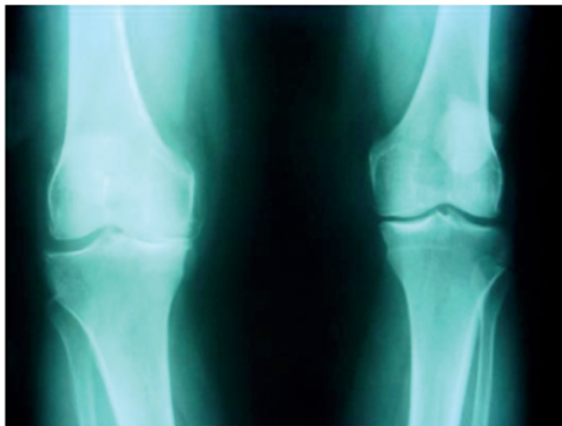
---

13 DE junho DE 2025 / 19H00 / EAD

## Leia o caso clínico abaixo:

Nome: M.A Idade: 71 anos. Sexo: F. Profissão: professora. Paciente procura fisioterapia por dor no joelho D. Paciente relata dor inespecífica no joelho D. Refere dor e rigidez matinal, bem como após longos períodos sentados. Dificuldade para levantar-se da cadeira e subir/descer escadas. 1,60m; 89Kg. Relata início de dores no quadril D. Raio-x (retirado de ENADE, 2013):

A imagem abaixo é uma vista antero posterior (AP).



## TAREFA:

1º Elabore o diagnóstico cinético funcional do paciente

2º Elabore os objetivos da reabilitação

3º Elabore as condutas/programa de reabilitação para esse paciente. Lembre-se sempre na progressão das técnicas estudadas e no objetivo final do paciente.

## **Diagnóstico Cinético Funcional (Diagnóstico nosológico: gonartrose)**

1. Redução da ADM de flexão e extensão de joelho D
2. Redução da flexibilidade de MID (cadeia posterior)
3. Redução da força muscular do MID
4. Dor em joelho D e quadril D
5. Edema em joelho D
6. Instabilidade joelho D
7. Redução no equilíbrio/propriocepção
8. Alteração da marcha
9. Redução da funcionalidade

## **Objetivos**

1. Aumentar ADM de flexão e extensão de joelho D
2. Aumentar flexibilidade de MID (cadeia posterior)
3. Aumentar força muscular do MID
4. Reduzir dor em joelho D e quadril D
5. Reduzir edema em joelho D
6. Reduzir instabilidade joelho D
7. Aumentar equilíbrio/propriocepção
8. Reeducar marcha
9. Aumentar funcionalidade

## **Condutas/programa de reabilitação (CINESIOTERAPIA)**

1. Alongamento de flexores e extensores do MID, exercícios passivos joelho e ativos de mobilidade.
2. Alongamento de flexores e extensores do MID
3. Exercícios resistidos
  - a. Tipos: caneleira, aparelhos de academia, faixa elástica, CCA, CCF
  - b. Séries: 3/4
  - c. Repetições: 8-10/10-15 (VOLUME!)
  - d. Intervalo séries: 60-120
  - e. Frequência: 3x/2x/1x
  - f. Intensidade: adaptação-30-40%RM
  - g. Grupos: QUADRÍCEPS!!!!!! + glúteos + ísquios + panturrilha + adutores + bilateral
4. Exercícios ativos, passivos, resistido
5. Exercícios + ativos livre de tornozelo com MID elevado (edema em MID)

6. Exercícios de equilíbrio + exercícios resistidos

7. Exercícios de equilíbrio e propriocepção

a. Tipos de exercícios: caminhada em linha reta, obstáculos, apoio unipodal, estável para instável (bozu, cama elástica, colchonete), step, circuitos, com faixa elástica, dupla tarefa, controlados, não controlados.

b. Progressão: !!!!!

8. Treino de marcha

9. Exercícios funcionais (sentar e levantar, degrau, deslocamentos, transferências) + resistidos + equilíbrio + passivos + flexibilidade + treino de marcha