



**ROTEIRO DE PROCEDIMENTOS LABORATORIAIS**

**ESTÁGIO SUPERVISIONADO - FISIOTERAPIA ORTOPÉDICA**

**CLÍNICA DE FISIOTERAPIA**

## **INTRODUÇÃO**

Os acometimentos musculoesqueléticos têm um impacto enorme na sociedade, construindo, atualmente, a causa mais comum de incapacidade e dor crônica grave no mundo.

A Fisioterapia Ortopédica e Traumatológica é o ramo da fisioterapia comprometida com a avaliação, prevenção e tratamento das lesões e disfunções do sistema musculoesquelético, que envolve os ossos, cartilagem, ligamentos, músculos, tendões, bolsas sinoviais e fâscias.

Na prática clínica o fisioterapeuta traumato-ortopédico está diretamente inserido no processo de reabilitação de fraturas, contusões e estiramentos musculares, tendinopatias, entorses e rupturas ligamentares, osteoartrose, amputações, fibromialgia, distúrbios osteomioarticulares na coluna vertebral, LER/DORT, bursites, hérnias discais, luxações, pós-operatório de lesões, dentre outras disfunções musculoesqueléticas.

Ainda que diretamente relacionada com o manejo das limitações funcionais resultantes de lesões ou enfermidades musculoesqueléticas agudas ou crônicas de forma conservadora, a fisioterapia Ortopédica e Traumatológica também tem um papel fundamental na reabilitação pré e pós-operatória.

## **ATENDIMENTOS**

Os atendimentos do Estágio Supervisionado em Fisioterapia Ortopédica e Traumatológica são realizados exclusivamente na clínica de Fisioterapia das Faculdades Guarulhos (FG) pelos alunos do sétimo e oitavo semestre do curso de Fisioterapia.

Tem por objetivo, além de oferecer um serviço de qualidade na área para a comunidade, proporcionar ao aluno a prática do tratamento fisioterapêutico nas disfunções musculoesqueléticas, utilizando o aprendizado acumulado na área e desenvolvendo as relações entre teoria e prática.

Os atendimentos fisioterapêuticos são apoiados nas abordagens orientadas para os problemas e necessidades funcionais dos pacientes, bem como os objetivos mutuamente definidos previamente.

## **OBJETIVOS E RECURSOS FISIOTERAPÊUTICOS**

O planejamento do tratamento na fisioterapia ortopédica e traumatológica envolve objetivos de curto a longo prazo, com a adequação de estratégias de intervenção e recursos terapêuticos:

### **Proteger o local da lesão**

Deve-se evitar cargas excessivas nos tecidos lesados e o local da lesão deve ser preservado.

Materiais: Muletas, bengalas, órteses de proteção.



### **Restaurar/manter a amplitude de movimento**

Exercícios ativos e passivos que visem o aumento da flexibilidade (Ex. alongamentos e mobilização) e recursos eletrotermoterapeuticos que diminuem a rigidez tecidual.

Materiais: Faixas de alongamento, bola suíça, bola feijão, espaldar, bastão de madeira, lâmpada de infravermelho, ondas curtas, micro-ondas, aplicação de calor local superficial (Compressa de água quente com bolsas), banho de parafina, ultrassom terapêutico.





### **Controlar o processo inflamatório e reduzir a dor**

Utilização de recursos eletroterapêuticos e termoterapêuticos a fim de obter analgesia e controlar os sinais e sintomas da inflamação.

Materiais: Gelo, ultrassom terapêutico, laser de baixa potência, ondas curtas, micro-ondas, corrente Interferencial, Estimulação Elétrica Nervosa Transcutânea (TENS)



### **Estimular o processo de reparo tecidual**

Utilização de recursos terapêuticos que estimulem, acelerem e otimizem o processo de reparo e regeneração dos tecidos lesados.

Materiais: Ultrassom terapêutico, laser de baixa potência, ondas curtas, micro-ondas.



### **Melhorar/Manter o condicionamento físico geral**

Atividades que estimulam o sistema cardiorrespiratório.

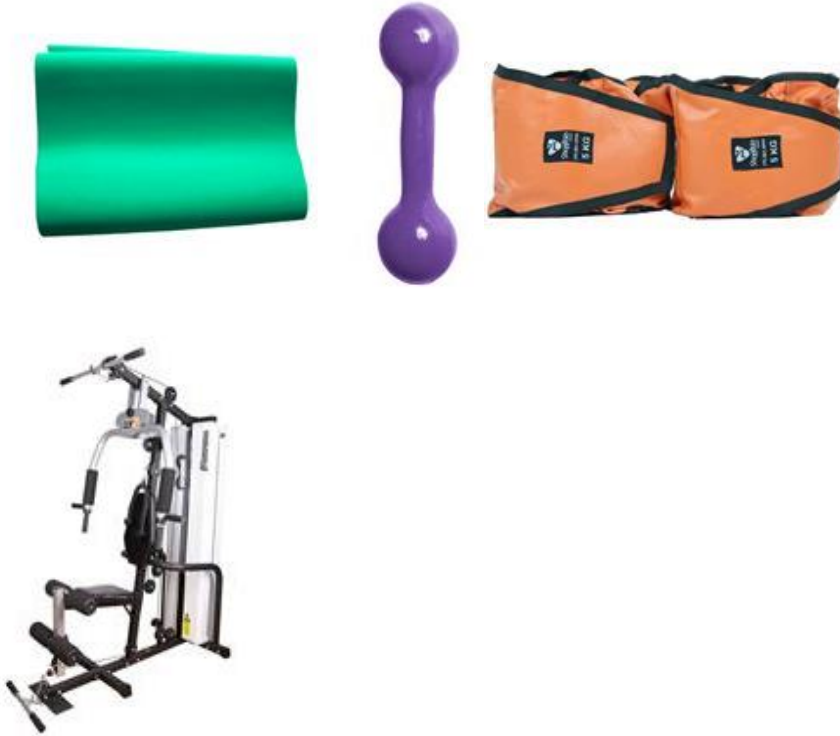
Materiais: Bicicleta ergométrica, esteira ergométrica, pista de caminhada.



### **Melhorar/Manter a força muscular e restaurar o equilíbrio entre grupos musculares**

Exercícios de fortalecimento muscular para os grupos musculares envolvidos e

Materiais: Faixa elástica (*TheraBand*), halteres, caneleiras de peso, máquina/estação de musculação.



### **Estimular o controle e a ativação dos músculos**

Recursos eletroterapêuticos com o propósito de ativar dos músculos (Estimulação Elétrica Neuromuscular (EENM)).

Materiais: Equipamentos de Correntes excitomotoras (Ex. corrente russa e corrente Aussie)



### **Melhorar/Manter a potência muscular**

Exercícios pliométricos como saltos, desaceleração e contração muscular rápida.

Materiais: Step, bancos pliométricos, escada, cama elástica, *medicine ball*.



### Melhorar o controle neuromuscular

Treinamentos sensório-motor com atividades que estimulem o equilíbrio e os receptores proprioceptivos.

Materiais: Bola, balancim, tabua/prancha de equilíbrio, cama elástica, step, disco de equilíbrio.

