

RECURSOS FISIOTERAPÊUTICOS PARA TRATAMENTO EM PÓS OPERATÓRIO DE LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR EM ATLETAS DE FUTEBOL

VIANA, Gustavo Francisco Riça; BARROS, Jeferson da Silva; FERNANDEZ, Gabriela Alejandra Moya Fernandez

Centro Universitário São Lucas, Porto Velho/RO, Brasil.

INTRODUÇÃO/OBJETIVO: O futebol é o esporte mais praticado mundialmente, com pessoas de diversas idades e de ambos os sexos. Com o passar dos anos o futebol foi se tornando mais competitivo, exigindo maior esforço físico dos atletas, levando a treinos mais intensos e seguidos de jogos frequentes, expondo assim os jogadores aos riscos de lesões. A lesão de LCA (ligamento cruzado anterior) é umas das mais comuns ou mais frequente lesões de joelho durante os jogos de futebol, sendo que a grande maioria da sua incidência ocorre quando o atleta realiza uma força incomum nessa articulação, ou seja, uma força além do que ligamento e sua funcionalidade resiste, podendo ocasionar ruptura total ou parcial do ligamento. Quando ocasionada a ruptura total do LCA, o paciente é submetido ao tratamento cirúrgico, que de imediato é associado ao trabalho fisioterapêutico afim de reduzir edema, dor, e ganho de amplitude de movimento. Existe uma gama de recursos fisioterapêuticos que podem ser utilizados no tratamento da reabilitação de LCA, como a utilização do laser terapia, para o controle da inflamação ou ainda eletroestimulação (TENS) para a analgesia. Cinesioterapia é utilizada de forma bem evidente para o ganho de amplitude de movimento, utiliza-se mobilizações patelares e mobilizações passivas no movimento de extensão- flexão de joelho. Sendo assim, neste estudo buscou-se verificar os recursos fisioterapêuticos mais utilizados na reabilitação de pós-operatório de LCA, assim, como também o que se mostram mais eficazes no tratamento. **MATERIAL E MÉTODOS:** Foi implementada uma revisão bibliográfica em artigos científicos sobre os recursos fisioterapêuticos para pós-operatório de Ligamento Cruzado Anterior (LCA), a fim de concluir quais são os métodos mais eficazes para o tratamento imediato de retorno ao futebol. Foram utilizados dados dos indexadores PubMed, Scielo, LILACS, PEDro de 2010 a 2018 com seguintes palavras chaves “futebol”; “recursos fisioterapêuticos”; “Pós-operatório” e “Ligamento Cruzado Anterior”. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Dentre os recursos fisioterapêuticos citados nos achados bibliográficos, 80% citaram a cinesioterapia, 60% destacaram a eletroestimulação, 50% a crioterapia, 50% estimulação sensória motora e 20% a hidroterapia. Dentre os recursos de cinesioterapia é possível destacar exercícios resistidos, mobilização patelar, movimentos passivos, exercícios de isometria e treino de marcha. Em ambiente aquático, destacaram-se os movimentos passivos, proprioceptivos, isométricos, treino de marcha e coordenação, bem como exercícios resistidos e de flexibilidade. A fim de estimulação sensória motora, foram verificados exercícios de treino de equilíbrio com acessórios – como disco flexível, balancim e cama elástica. Na eletroterapia foi observado o emprego de TENS, FESS e corrente russa. **CONCLUSÃO:** Embora este trabalho tenha verificado que o recurso mais utilizado seja a cinesioterapia, conclui-se que, de uma maneira geral os vários recursos fisioterapêuticos utilizados no pós-operatório de LCA demonstram maior eficiência quando empregados de forma combinada.

PALAVRAS CHAVE: Fisioterapia, LCA, Futebol