

# EFEITO DA MOBILIZAÇÃO ARTICULAR ASSOCIADA A TÉCNICA ISOSTRETCHING NA AMPLITUDE DE MOVIMENTO E ABDUÇÃO DO OMBRO ESQUERDO DE UM PACIENTE: RELATO DE CASO

*Effect of the joint mobilization associated with isostretching technique on the amplitude of movement and abduction of a patient's left shoulder: case report*

Carla Luiza dos Santos Silva<sup>1</sup>; Isabella Bento Carrijo<sup>1</sup>; Silênio Souza Reis<sup>2</sup>; Luciana Aparecida Guerra Silveira<sup>2</sup>; Henry Marlon Coelho Pires<sup>2</sup>; Marcelo Torres Correa de Almeida<sup>3</sup>

## RESUMO

O objetivo desse Relato de Caso foi descrever a experiência acadêmica em campo de estágio na Clínica escola de Fisioterapia da FAMP com um paciente que relata dor no ombro esquerdo. Foi realizada ficha de avaliação fisioterapêutica e traçada as condutas de intervenção, as quais foram: Exercícios de fortalecimento muscular, mobilização articular e a técnica de isostretching. Os Resultados alcançados foram aumento na amplitude de movimento na abdução, abdução horizontal, extensão, rotação medial e diminuição do quadro algíco do ombro.

**Palavras-chave:** Isostretching, Mobilização Articular, Amplitude de Movimento.

## ABSTRACT

The objective of this Case Report was to describe the academic experience in the field of internship at the School of Physiotherapy Clinic of the FAMP with a patient who reports pain in the left shoulder. A physical therapy evaluation form was drawn up and intervention procedures were outlined, which were: muscle strengthening exercises, joint mobilization and the isostretching technique. The results achieved were increased range of motion in abduction, horizontal abduction, extension, medial rotation and decreased pain in the shoulder.

**Keywords:** Isostretching, Joint mobilization, Range of Motion.

1. Discente do curso de fisioterapia, estagiários de Traumatologia e Ortopedia I da Faculdade Morgana Potrich – FAMP, Mineiros - GO  
2. Docentes do curso de fisioterapia, Faculdade Morgana Potrich- FAMP, Mineiros – GO  
3. Docente do curso de medicina, Faculdade Morgana Potrich- FAMP, Mineiros – GO

## INTRODUÇÃO

O ombro é uma articulação flexível e instável do corpo humano que tem grande amplitude de movimento (ADM), e é composto por um complexo articular, sendo as articulações: glenoumeral, acromioclavicular, esternoclavicular e escapulotorácica. As articulações verdadeiras são formadas pela a glenoumeral, acromioclavicular, esternoclavicular e a escapulotorácica uma articulação funcional.

Para manter uma estabilidade no ombro são necessários as articulações e os ligamentos que são de suma importância para os movimentos, sendo eles ativos ou passivos. Os movimentos que o ombro faz são flexão, extensão, adução, abdução, rotação lateral e medial.

O manguito rotador que é o principal responsável pela estabilidade do complexo do ombro, é formado por um grupo de quatro músculos, sendo eles: subescapular, supraespinhal, redondo menor e infraespinhal. Esses músculos exercem a função de rotação e elevação. (METZKER, 2010).

A dor no ombro tem uma prevalência de até 33% na população em geral, e que pode implicar na qualidade de vida desses pacientes. (PAGLIOTO et al, MARTINS al, SOUZA et al, OLIVEIRA, 2017). A prevalência de casos de dor no ombro é a partir de 40 anos, é bastante comum as dores serem proeminentes ao trabalho, dificultando ao longo prazo a execução dos movimentos e trazendo a dor. (METZKER, 2010).

O Isostretching é uma técnica que visa o realinhamento da postura de uma forma global. É um método postural, pois os posicionamentos são realizados mantendo a postura precisa de acordo com as curvaturas fisiológicas. É uma técnica que trabalha de forma global, pois o corpo todo participa ativamente do exercício, seja por meio de alongamento ou contração isométrica da musculatura. O Isostretching constitui-se de exercícios onde é mantido um posicionamento postural, associado à inspiração e expiração máxima. (PRADO, et.al, 2021)

A mobilização articular tem como objetivo promover alívio da dor, aumento de líquido sinovial, visa também a recuperação dos movimentos do ombro, diminuição do atrito entre as articulações. (BARBOSA, 2008)

Esse trabalho tem como objetivo analisar os efeitos da associação das técnicas de mobilização articular e isostretching na amplitude de movimento e dor no ombro de um paciente.

## METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de caso. As bases de dados utilizadas para pesquisa foram Google scholar, Scielo, Pubmed e BVS, usando os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Ombro congelado, capsulite adesiva do ombro, isostretching e mobilização articular.

Paciente R.F.L, 64 anos, sem diagnóstico clínico de patologias na região de ombro, porém com dores e diminuição significativa da amplitude de movimento do ombro esquerdo.

O paciente assinou o termo de consentimento livre e esclarecido e foi aplicada uma ficha de avaliação de anamnese, onde tinha também questionário EVA de dor e testes específicos para região do ombro. Foi realizada goniometria do para comparar os resultados.

A partir desta avaliação observou-se que o paciente apresenta dor nível 6 na escala EVA, diminuição da amplitude de movimento (ADM), além de uma hipercifose torácica. Portanto, o protocolo proposto visa ganho da ADM, diminuir o quadro algico e estabelecer uma melhor consciência corporal. Para isso está sendo utilizadas as técnicas de mobilização articular que tem como propósito a diminuição da dor e ganho de ADM por meio de uma mobilização passiva das articulações do ombro e da escápula e isostretching, que objetiva o aumento da amplitude de movimento, adquirir consciência corporal por meio de posturas globais, associadas à respiração profunda. Foram propostas 23 sessões de fisioterapia dentro do tratamento, paciente compareceu em 15 sessões.

## RESULTADOS

Paciente R.F. L, gênero masculino, com origem de raça parda, 64 anos, vendedor, o mesmo relatou dor no ombro esquerdo. Paciente ganhou amplitude de movimento na abdução, abdução horizontal, extensão, rotação medial e lateral e diminuição do quadro algico no ombro. Segue tabela com demonstrativo do ganho da amplitude de movimento do ombro esquerdo.

| Movimento          | Parâmetro | Início | Final |
|--------------------|-----------|--------|-------|
| Extensão           | 0° a 45°  | 40°    | 45°   |
| Abdução            | 0° a 180° | 105°   | 119°  |
|                    | 0° a 40°  | 34°    | 38°   |
| Abdução Horizontal | 0° a 90°  | 70°    | 78°   |
| Rotação Medial     | 0° a 90°  | 30°    | 46°   |
| Rotação Lateral    |           |        |       |

Fonte: Dados coletados em cima da ficha de avaliação

Tabela 2 ESCALA DE EVA

| Parâmetro     | Início | Final |
|---------------|--------|-------|
| QUADRO ÁLGICO | 0-10   | 7-3   |



Prado, Érika Rosângela Alves et al. "Influence of isostretching on patients with chronic low back pain. A randomized controlled trial." *Physiotherapy theory and practice* vol. 37,2 (2021): 287-294.

RESENDE, M. A. et al. Estudo da confiabilidade da força aplicada durante a mobilização articular ântero-posterior do tornozelo. *Brazilian Journal of Physical Therapy*, v. 10, p. 199-204, 2006.

## DISCUSSÃO

Segundo Resende (2006), a técnica de mobilização articular tem por objetivo a diminuição do quadro algico, edema, melhora da motricidade e estimular líquido sinovial. No paciente caso do estudo, ao aplicar a técnica foi perceptível à melhora no quadro algico, quando considerado a abdução de ombro.

Foi notável a grande importância de a técnica de mobilização articular no quadro algico do paciente com dor no ombro. Também foi possível observar que o uso da técnica do isostretching, mobilização articular e fortalecimento muscular, associadas, teve uma diminuição da dor e aumento da amplitude de movimento.

Segundo Prado (2008), a técnica de isostretching é usada dentro da fisioterapia para um realinhamento postural, amplitude de movimento e diminuição da dor. É considerável que a técnica foi de grande resultado com o paciente, apresentando melhora na amplitude de movimento e no quadro de dor.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através de um protocolo feito com a associação das técnicas de mobilização articular e isostretching, pode-se evidenciar que a mobilização articular e a técnica isostretching têm efeito positivo no quadro algico e na amplitude de movimento do paciente. Contudo, os resultados poderiam ser melhores caso o paciente tivesse comparecido a todas as sessões que foram propostas.

## REFERÊNCIAS

BARBOSA, R. I. et al. A influência da mobilização articular nas tendinopatias dos músculos bíceps braquial e supra-espinal. *Brazilian Journal of Physical Therapy*, v. 12, p. 298-303, 2008.

DIAS, Lúcia Helena; PERIARD, Leomara Vieira; SILVA, Pierre Augusto. Efeito da intervenção cinesioterapêutica sobre amplitude de movimento e a dor no paciente portador da síndrome do impacto no ombro: estudo de caso. *Revista Interdisciplinar Pensamento Científico*, v. 2, n. 1, 2016.

PAGIOTO, Jessica et al. Estilo de vida e nível de atividade física de indivíduos com dor no ombro atendidos em um serviço público. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 22, n. 2, p. 176-185, 2017.