CONDUTAS FISIOTERAPÊUTICAS PARA LESÃO DE TORNOZELO-PÉ

Autor(res)

Gabriel Antunes Cardoso
Denilza Vieira Santos
Gustavo Rolim De Melo
Carla Augusta Silva Alves
Thales Augusto Pimentel Prado

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA

Resumo

O presente estudo vem a elucidar melhores técnicas de tratamento para entorse de tornozelo, para isso foram selecionados o número de 09 artigos, onde serão apanhados os resultados deles e feito uma comparação do melhor tratamento.
Os exercícios fisioterapêuticos ajudam a melhorar a mobilidade, o controle muscular, prevenir lesões futuras, e a devolver ao paciente suas atividades habituais.
A entorse de tornozelo é uma lesão comum que afeta muitas pessoas, principalmente atletas e praticantes de atividades físicas. Essa lesão ocorre quando o tornozelo é submetido a uma torção excessiva, causando danos aos ligamentos que conectam os ossos do tornozelo.
A fisioterapia desempenha um papel fundamental no tratamento da entorse de tornozelo, pois os exercícios terapêuticos, massagens, técnicas de mobilização e fortalecimento muscular são eficazes na redução da inflamação, alívio da dor e recuperação da amplitude de movimento.
O tratamento fisioterapêutico também inclui o uso de dispositivos de apoio, como botas ortopédicas e tornozeleiras, para fornecer suporte extra e estabilização ao tornozelo durante a fase inicial de recuperação.
Para prevenir a recorrência da lesão, o fisioterapeuta pode instruir o paciente a fazer exercícios de fortalecimento e alongamento regulares, além de orientá-lo sobre o uso adequado do calçado e a execução correta de atividades físicas e esportes.
Em resumo, a fisioterapia desempenha um papel importante no tratamento da entorse de tornozelo, visando a recuperação da função do tornozelo e prevenção de novas lesões. O tratamento é dividido em várias etapas, desde a redução da inflamação e dor até o fortalecimento muscular e prevenção da recidiva da lesão.