Entorse de tornozelo

Autor(res)

Clariana Lia Teixeira
Juciane Aparecida Nascimento Gonçalves
Débora Soares Pinto

Categoria do Trabalho

1

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA DE OSASCO

Resumo

Entende-se por entorse de tornozelo uma lesão brusca sem deslocamento das superfícies articulares, que geram lesões dos ligamentos que são responsáveis pela estabilização da articulação, sendo lesionados um ou mais ligamentos, a articulação se torna instável prejudicando o individuo. O mecanismo de trauma mais conhecimento é a inversão do pé com flexão plantar, e eversão que é menos comum devido a menor ADM. É classificada em grau I, II e III. O tratamento fisioterapêutico é dividido em etapas: fase 1, 2 e 3.
Fase 1: diminuição do quadro álgico e inflamatório utilizando a crioterapia, laserterapia e ultrassom terapêutico;
fase 2: ganho de ADM utilizando mobilização articular, terapia manual, alongamentos.
fase 3: ganho de equilíbrio, propriocepção, melhora da marcha, fortalecimento muscular, utilizando o trabalho proprioceptivo, treino de marcha, cinesioterapia realizando os exercícios resistidos.