VI Semana Acadêmica
Fisioterapia
07 a 11 de outubro de 2024

Comparação dos Efeitos do Exercício na Osteoartrite: Análise entre Idosos Ativos e Não Ativos, Utilizando o Questionário WOMAC (Western Ontario and McMaster Universities).

Autor(res)

Marissa Rocha Santos
Joao Victor Rocha Mendes
Samira Maria Dos Anjos De Pinho
Ivanildo Ayres Cabral
Rosana Gonçalves Da Silva

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA

Resumo

*Introdução:*De acordo com a Sociedade Brasileira de Reumatologia (SBR), a osteoartrite (artrose) é uma doença que se caracteriza pelo desgaste da cartilagem articular e por alterações ósseas, entre elas os osteófitos, conhecidos, vulgarmente, como “bicos de papagaio". (SBR, 2022). As principais causas incluem envelhecimento, obesidade, lesões articulares prévias e fatores genéticos. Segundo a Organização Mundial da Saúde (2021), "a obesidade é um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento da osteoartrite, uma vez que o excesso de peso aumenta a carga nas articulações, especialmente nas articulações de suporte, como joelhos e quadris". Além disso, o envelhecimento populacional tem contribuído para um aumento significativo na prevalência da doença, destacando a necessidade de estratégias de prevenção e tratamento eficazes. O objetivo deste trabalho foi analisar e comparar os efeitos do exercício físico na osteoartrite entre idosos ativos e não ativos. Utilizando o questionário WOMAC (Western Ontario and McMaster Universities), a pesquisa busca identificar diferenças nas percepções de dor, rigidez e funcionalidade articular entre os dois grupos. *Metodologia:*Neste estudo, 10 idosos com idades entre 56 e 75 anos foram avaliados quanto à osteoartrite, divididos em dois grupos: 3 sedentários e 7 ativos fisicamente. Utilizamos o questionário WOMAC para medir os níveis de dor, rigidez e função física. As comparações estatísticas foram realizadas para avaliar a eficácia do exercício em cada grupo. *Resultados:*De acordo com os resultados obtidos, a funcionalidade dos idosos com osteoartrite é significativamente prejudicada, evidenciando uma forte correlação entre dor e funcionalidade. Muitos participantes relataram que a dor os levou a abandonar atividades previamente realizadas. No que diz respeito à atividade física, indivíduos inativos apresentam um risco maior de desenvolver limitações funcionais e dor em comparação aos ativos, enfrentando dificuldades em realizar tarefas simples, como caminhar em terreno plano, subir e descer escadas, e permanecer em pé ou sentado. Conclui-se que a prática de atividades físicas é extremamente benéfica para portadores de osteoartrite, resultando em melhoras notáveis nos sintomas clínicos relacionados à dor, função e mobilidade.