

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
Rosana Gonçalves Da Silva
Ivanildoayres Cabral
Samira Maria Dos Anjos De Pinho

Categoria do Trabalho

1

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.