



Cinesioterapia aplicada no Fortalecimento do quadril em pacientes com síndrome patelofemoral: revisão sistemática.

Autor(res)

Bruna Alves Maciel De Sousa
Hellen De Assuncão Oliveira

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE IMPERATRIZ

Introdução

Estudos enfatizam que fatores biomecânicos estão associados fortemente a SPF, ocasionando uma redução significativa na mobilidade do indivíduo. Estudos recentes evidenciam a cinesioterapia como um protocolo de tratamento bastante eficaz. Ela consiste em um tratamento através do movimento, onde utiliza recursos variados, na qual inclui mobilização ativa e passiva.

As pesquisas apontam resultados significativos nos indivíduos acometidos. Esta pesquisa sistemática tem o intuito de analisar a eficácia da cinesioterapia no tratamento da síndrome patelofemoral.

Objetivo

Analizar evidencias que comprovem a influencia da cinesioterapia na melhora e redução da dor patelofemoral nos pacientes acometido.

Material e Métodos

Para a metodologia foi realizada uma revisão sistemática nos idiomas português e inglês, nas bases SAGE Journals, Revista Científica UMC E Google Acadêmico com busca de artigos publicados entre 2020 e 2025. Foram utilizados como descritores para a pesquisa as palavras chaves: Fortalecimento. Quadril. Como critérios de inclusão foi levado em conta a data de publicação e os trabalhos na qual possuía relação com o assunto apresentado. Os idiomas mais analisados foram português e inglês.

Resultados e Discussão

Os estudos analisados evidenciaram que a cinesioterapia atuando no fortalecimento do quadril se mostrou eficaz, contudo, quando associada ao fortalecimento do quadríceps e joelho, possuem um resultado mais efetivo.

Pesquisas biomecânicas centradas na SPF indicam que a rotação interna, adução em excesso de quadril e enfraquecimento dos músculos abdutores, extensores e rotadores externos possuem uma contribuição



CONFERÊNCIA ACADÊMICA E FARMACÊUTICA ANHANGUERA E SAÚDE.

Health Innovation: Transformando
Vidas, Conectando Futuros

20 a 24 de OUTUBRO
Na Faculdade Anhanguera



CAFA-S

significativa na dor em pacientes acometidos e protocolos de exercícios focados no fortalecimento desses músculos apresentaram resultados favoráveis devido sua relevância no alinhamento patelar.

As pesquisas apontaram que a SPF afeta com mais frequência as mulheres em comparação aos homens, mas sem dados que fundamentam essa afirmação, sendo necessário mais pesquisas sobre o assunto.

Os artigos analisados evidenciam que a cinesioterapia em conjunto com alongamentos e exercícios para melhora da dor e funcionalidade muscular apresentam resultados favoráveis, dentro de um prazo de 6 a 12 semanas.

Conclusão

Considerando os estudos encontrados, conclui-se que a cinesioterapia é uma abordagem eficaz para o tratamento da dor femoropatelar, envolvendo o fortalecimento da musculatura do quadril, juntamente com o fortalecimento dos músculos do quadríceps e joelho, pois apresentam melhora significativa da dor tanto quanto na funcionalidade dos indivíduos com síndrome patelofemoral, e atua como um tratamento de reabilitação a longo prazo, proporcionando aos pacientes acometidos, uma qualidade de vida melhor.

Referências

LIMA, F. S. et al. Eficácia da cinesioterapia no tratamento da dor femoropatelar: uma revisão de literatura. 2023. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Fisioterapia) – Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas – FMU, São Paulo, 2023.

NA, Y. et al. Is isolated hip strengthening or traditional knee-based strengthening more effective in patients with patellofemoral pain syndrome? A systematic review with meta-analysis. Orthopaedic Journal of Sports Medicine, v. 9, n. 7, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/23259671211017503>. Acesso em: 21 set. 2025.

RODRIGUES, A. V. E. et al. Influência da cinesioterapia na dor e função em pacientes com dor femoropatelar: revisão sistemática. Revista Científica UMC, v. 8, n. 2, 2023. Disponível em <https://revista.umc.br/index.php/revistaumc/article/view/1863/1293>. Acesso em: 20 set. 2025.

CONFERÊNCIA ACADÊMICA E

FARMACEUTICA ANHANGUERA SAÚDE

Vida e Novas Perspectivas

Vidas Compartilhadas e Sustentáveis

Vidas Compartilhadas