IV Mostra Científica Fisioterapia
20 a 24 de outubro de 2025

EFICÁCIA DE INTERVENÇÕES FISIOTERAPÊUTICAS NO TRATAMENTO DA SÍNDROME DA DOR PATELOFEMORAL.

Autor(res)

Isadora Kamile Rocha De Oliveira
Thayná Ferreira Gomes
Daniel Junio Félix Da Silva
Ana Luisa De Melo Sales
Ivan Ferreguetti Teixeita
Hemily Cristina Alves Mendes Oliveira

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE GOVERNADOR VALADARES

Resumo

Introdução
A Síndrome da Dor Patelofemoral (SDPF) é uma das principais causas de dor anterior no joelho, especialmente em mulheres jovens e pessoas fisicamente ativas. Está associada a desalinhamentos biomecânicos, fraqueza muscular e déficit de controle motor. A fisioterapia tem papel essencial no tratamento, utilizando exercícios de fortalecimento, alongamento e terapia manual. O objetivo deste estudo foi analisar evidências sobre a eficácia de diferentes intervenções fisioterapêuticas no tratamento da SDPF.
Metodologia
Foram selecionados três ensaios clínicos randomizados (2021–2024) da base de dados PubMed, utilizando os descritores patellofemoral, exercícios e intervenções fisioterapêuticas.
• Aldo-Rob: comparou exercícios locais e terapia manual espinhal em 43 pacientes durante seis semanas.
• Jin-Eunseon: avaliou alongamento estático e dinâmico dos isquiotibiais associados a fortalecimento em 46 pacientes.
• Karim-Nadia: analisou exercícios curtos para os pés combinados a treino de quadril e joelho em 28 pacientes.
Resultados
• Aldo-Rob: a terapia manual da coluna vertebral proporcionou melhora superior na dor e na função do joelho em relação aos exercícios locais.
• Jin-Eunseon: o alongamento dinâmico aliado ao fortalecimento reduziu a dor, melhorou o tempo de ativação muscular e a função do joelho.
• Karim-Nadia: a adição de exercícios curtos para os pés trouxe benefícios adicionais na redução da dor, melhora da função e estabilidade mediolateral em comparação ao grupo controle.
Discussão
As intervenções fisioterapêuticas apresentaram resultados positivos e complementares. A combinação de

fortalecimento, alongamento dinâmico e terapia manual mostrou-se mais eficaz do que abordagens isoladas. Essa integração favorece o realinhamento biomecânico e o controle motor, contribuindo para uma reabilitação funcional mais completa e duradoura.

Conclusão

As evidências demonstram que a fisioterapia é fundamental no tratamento da SDPF. Protocolos multimodais, envolvendo exercícios de fortalecimento, alongamento dinâmico, propriocepção e terapia manual, promovem melhores resultados na dor, função e estabilidade do joelho, tornando a reabilitação mais eficiente e sustentável.